

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF*
MANAGEMENT DALAM MENGURANGI PERILAKU
MEMBOLOS PESERTA DIDIK KELAS IX DI
SMP NEGERI 6 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

Skripsi

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling**

Oleh :

**IMAS WULANDARI
NPM :1511080065**

Jurusan :

Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1440 H / 2019 M**

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF*
MANAGEMENT DALAM MENGURANGI PERILAKU
MEMBOLOS PESERTA DIDIK KELAS IX DI
SMP NEGERI 6 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

Skripsi

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling**

Oleh :

**IMAS WULANDARI
NPM :1511080065**

**Jurusan :
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Pembimbing I : Defriyanto, S.I.Q.,M.Ed
PembimbingII : Farida, S.Kom., M.MSI**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1440 H / 2019 M**

ABSTRAK

Perilaku membolos merupakan perilaku meninggalkan sekolah yang dilakukan tanpa mendapatkan izin dari sekolah yang dapat disebabkan karena faktor sekolah dan lingkungan, rasional yang dikembangkan oleh Bachri Thalib pada tahun 2010. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020. Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan metode menggunakan *quasi eksperimental design* dengan desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *nonequivalent control group design*. Pada dua kelompok tersebut sama-sama diberikan *pretest* dan *posttest* dengan memberikan instrument berupa angket perilaku membolos. Adapun hasil dapat diketahui bahwa Z hitung eksperimen $< Z$ kontrol ($2.201 < 2.214$). Sehingga dapat dikatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self management* dapat mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung.

Kata Kunci : Konseling Kelompok, *Self Management*, Perilaku Membolos





KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat: Jl. Let. Kol. H. Rendra Surawidjaja Sukarante Yekawir Lampung 35131 Telp 0721763260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi: **EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM MENGURANGI PERILAKI MEMBOLOS PESERTA DIDIK KELAS IX DI SMP NEGERI 6 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

Nama : Imas Wulandari
NPM : 1511080065
Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Orang di Monaqosyahkan dan diperlakanikan dalam sidang Monaqosyuh
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Farida, S.Kom., M.MSi

Defrivanto, S.LQ.M.Ed

NIP. 19780128 200604 2 002

NIP. 19780319 200801 1 012

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan Kouseling Pendidikan Islam

Dr. Riffa El Fiah, M.Pd

NIP. 1967062219940322002



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Surminto Sukmanu Bandar Lampung 35131 Telp: 07107203260

PENGESAHAN

Skrripsi dengan judul: **EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK 'SELF MANAGEMENT' DALAM MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS PESERTA DIDIK KELAS IX DI SMP NEGERI 6 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2019/2020** Disusun oleh: **IMAS WULANDARI, NPM: 1511080065**, Jurusan: **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**, Telah diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari/tanggal: **Rabu, 18 September 2019**

TIM PENGUJI MUNAQSYAH

Ketua

: **Dr. Rifda El Fiah, M.Pd**

Sekretaris

: **Hardiyansyah Masva, M.Pd**

Penguji Utama

: **Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I**

Penguji Pendamping I

: **Farida, S. Kom., M.MSI**

Penguji Pendamping II

: **Defriyanto, S.I.Q., M.F.D**

Mengetahui

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



Prof. Dr. H. Nirva Diana, M.Pd

NIP: 19640828 198803 2 002

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Imas Wulandari

NPM : 1511080065

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020 adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusunan sendiri, bukan dikasih atau santunan dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam footnote atau daftar pustaka. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan pada karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, September 2019

Penulis

Imas Wulandari
1511080065

MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِيَ الْأَمْرِ مِنْكُمْ فَإِنْ
نَزَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ
ذَٰلِكَ خَيْرٌ وَأَحْسَنُ تَأْوِيلًا ﴿٥٩﴾

Artinya : Hai orang-orang yang beriman, taatilah Allah dan taatilah Rasul(Nya), dan ulil amri diantara kamu. Kemudian jika kamu berlainan pendapat tentang sesuatu, maka kembalikanlah ia kepada Allah (Al Quran) dan Rasul (sunnahnya), jika kamu benar-benar beriman kepada Allah dan hari kemudian. Yang demikian itu lebih utama (bagimu) dan lebih baik akibatnya.¹ (Q.S.An-Nisa:59)



¹ Departemen Agama RI, *Al Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2008), h.84.

PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati dan rasa syukur dari lubuk hati yang paling dalam skripsi ini saya persembahkan kepada :

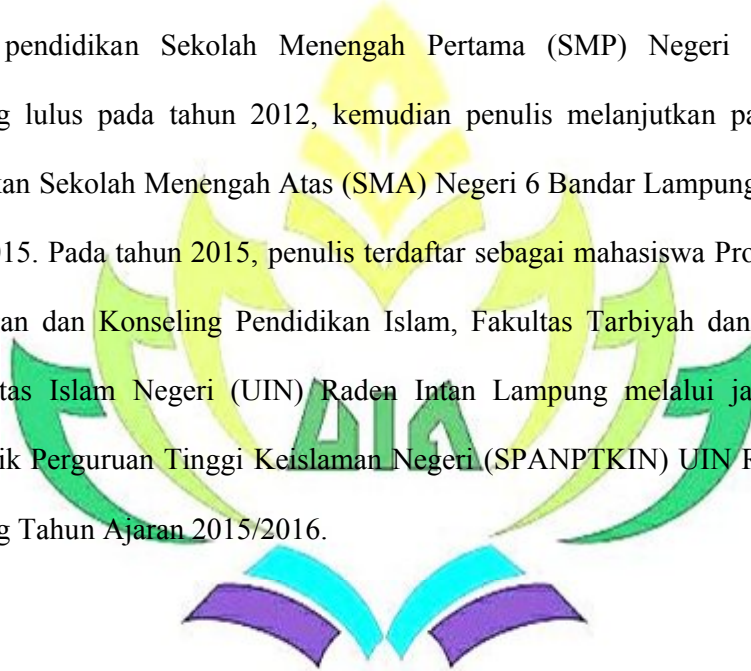
1. Kedua orang tua saya tercinta, Bapak Mas Bawi dan Ibu Sarmini yang telah berjuang dengan jerih payah, dengan sepenuh jiwa dan raga, menyayangi dan mengasihi, serta selalu mendukung dan mendidik saya, dan senantiasa mendoakan saya untuk meraih kesuksesan.
2. Adik saya Dimas Prastiyo, yang selalu menghibur dan memberikan semangat.
3. Almamater UIN Raden Intan Lampung yang telah banyak mengajarkan saya untuk belajar istiqomah, berfikir dan bertindak lebih baik.



RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir pada tanggal 20 Desember 1996 di Panjang, Kecamatan Panjang, Kota Bandar Lampung. Penulis adalah anak pertama dari 2 bersaudara yaitu, Imas Wulandari dan Dimas Prastiyo semuanya dilahirkan dari pasangan Bapak Masbawi dan Ibu Sarmini.

Penulis menempuh pendidikan formal dari jenjang Sekolah Dasar (SD) Negeri 1 Way Lunik lulus pada tahun 2009, selanjutnya penulis melanjutkan ke jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 11 Bandar Lampung lulus pada tahun 2012, kemudian penulis melanjutkan pada jenjang Pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 6 Bandar Lampung lulus pada tahun 2015. Pada tahun 2015, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung melalui jalur Seleksi Akademik Perguruan Tinggi Keislaman Negeri (SPANPTKIN) UIN Raden Intan Lampung Tahun Ajaran 2015/2016.



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji bagi Allah SWT yang tak henti-hentinya melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang dinantikan syafaatnya di yaumul akhir nanti.

Terima kasih tiada bertepi penulis ucapkan kepada Ayah dan Ibu yang tiada hentinya mendoakan, memberikan kasih sayang dan memberi semangat kepada penulis dan telah banyak berkorban untuk penulis selama penulis menimba ilmu. Penyelesaian skripsi ini, penulis mendapat bantuan, masukan dan bimbingan dari berbagai pihak, karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung;
2. Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd selaku Ketua Jurusan Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung;
3. Rahma Diani M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung;
4. Farida, S.Kom., M.MSI selaku Dosen Pembimbing I. Terimakasih atas kesediaannya dalam membimbing, mengarahkan, memberikan saran & kritik yang sangat membantu dalam menyelesaikan skripsi ini;

5. Defriyanto, S.I.Q.,M.Ed selaku Dosen Pembimbing II. Terimakasih telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan serta pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik;
6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Terimakasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini;
7. Ibu Meini Ida, S.Pd selaku kepala sekolah SMP Negeri 6 Bandar Lampung yang telah memberikan izin melaksanakan penelitian kepada penulis di sekolah yang beliau pimpin dan kepada khususnya Ibu Suryani S.Pd, Sulastri S.Pd, Enita Meilia S.Pd, Sona Kurniasari S.Pd, Roma Diantika S.Pd yang telah membantu sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar;
8. Pakde Rohmat dan Bude Suwarsih, serta seluruh keluarga besar yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu terimakasih atas semangat, dukungan dan doa kalian semua;
9. Teman sekaligus partner saya Tri Wijaya dan Esti Hanafiah yang selalu tak henti-hentinya mendoakan dan mendorong untuk menyelesaikan tugas akhir ini;
10. Bapak Mustopa dan Ibu Nani Hamidah Bapak dan Ibu KKN Karang Raja 2 (Dusun Talang Haji Burhan) yang telah menganggap saya seperti anaknya sendiri, terimakasih atas do'a yang telah diberikan;
11. Teman seperjuangan Intan Fitria, Fitria Ayu Pratiwi, Lala Silvia Samsi, terimakasih sudah menjadi keluarga, menemani dalam suka duka, selama menempuh pendidikan dikampus UIN Raden Intan Lampung;

12. Teman-teman angkatan 2015 program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, teman-teman dari kelas A yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terimakasih atas kebersamaannya selama ini;
13. Sahabat-sahabat KKN dan PPL: Dyah Rahmawanti, Wahyu Hidayat, Revalia Mareta dan lainnya;
14. Almamater tercinta UIN Raden Intan Lampung yang telah mendidik dan mendewasakan dalam berfikir dan bertindak. Semoga Allah SWT membalas amal kebajikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga bermanfaat. Aamiin.

Penulis sangat menyadari keterbatasan pengetahuan, pengalaman dan informasi yang ada pada diri penulis, sehingga dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak terdapat kekurangan baik dalam hal penyampaian maupun kelengkapannya. Segala kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi kebaikan dalam penulisan yang akan datang. Penulis sangat berharap semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Wassalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Bandar Lampung, September 2019

Penulis,

Imas Wulandari
NPM. 1511080065

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN	v
PERNYATAAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Batasan Masalah	10
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	11
F. Ruang Lingkup Penelitian	12
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Konseling Kelompok	14
1. Pengertian Konseling Kelompok	14
2. Tujuan Konseling Kelompok	15
3. Asas-Asas Konseling Kelompok	16
4. Tahapan Konseling Kelompok	17
B. Manajemen Diri (<i>Self Management</i>)	19
1. Konsep Dasar <i>Self Management</i>	19
2. Teknik Konseling <i>Self Management</i>	20

3. Tujuan Teknik <i>Self Management</i>	22
4. Manfaat Teknik <i>Self Managemen</i>	23
5. Peran Konselor dan Konseli	24
6. Faktor-Faktor Keefektifan Dalam Pelaksanaan Teknik <i>Self Management</i>	25
7. Tahap-Tahap <i>Self Management</i>	26
C. Perilaku Membolos	30
1. Pengertian Membolos	30
2. Gejala Peserta Didik yang Membolos	30
3. Pembentukan Perilaku Membolos	31
4. Teori Perilaku	32
5. Faktor-Faktor Penyebab Peserta Didik Membolos	32
6. Dampak Negatif Perilaku Membolos	33
D. Penelitian Relevan	34
E. Kerangka Berfikir	37
F. Hipotesis	38

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	40
B. Desain Penelitian	40
C. Variabel Penelitian	43
D. Definisi Operasional	43
E. Populasi, Sample, Teknik Sample	46
1. Populasi Penelitian	46
2. Sample dan Teknik Sampling	47
3. Teknik Pengumpulan Data	48
F. Pengembangan Instrumen Penelitian	53
G. Pengujian Intrumen Penelitian	56
1. Uji Validitas	56
2. Uji Realibilitas	57
H. Teknik dan Pengolahan Analisis Data	57
1. Teknik Pengolahan Data	57
2. Analisis Data	58
I. Deskripsikan Langkah-Langkah Pemberian Treatment	61

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	66
1. Gambaran Umum Perilaku Membolos	66
2. Analisis Pelaksanaan Penelitian	68
B. Data Deskripsi Posttest	74
1. Hasil <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen	74
2. Hasil <i>Posttest</i> Kelas Kontrol	76
C. Uji Hipotesis Wilcoxon	77
1. Analisis Proses Perhitungan Kelas Eksperimen	78
2. Analisis Perhitungan Kelas Kontrol	81

3. Analisis Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol	83
D. Pembahasan.....	85
E. Keterbatasan Penelitian.....	87

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	88
B. Saran	90

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Data Membolos Peserta Didik	7
Tabel 2 Langkah-Langkah <i>Self Monitoring</i>	28
Tabel 3 Definisi Operasional.....	44
Tabel 4 Populasi Penelitian	46
Tabel 5 Sampel Penelitian.....	48
Tabel 6 Kriteria Perilaku Membolos	51
Tabel 7 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	54
Tabel 8 Langkah-Langkah Pemberian Treatment	61
Tabel 9 Hasil <i>Pretest</i> Kelas Eksperimen.....	67
Tabel 10 Hasil <i>Pretest</i> Kelas Kontrol	68
Tabel 11 Hasil <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen	75
Tabel 12 Hasil <i>Posttest</i> Kelas Kontrol.....	76
Tabel 13 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelas Kontrol	77
Tabel 14 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen	78
Tabel 15 Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> Kelas Eksperimen.....	79
Tabel 16 Hasil Test Statistik Kelas Eksperimen	80
Tabel 17 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelas Kontrol	81
Tabel 18 Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> Kelas Kontrol.....	82
Tabel 19 Hasil Test Statistik Kelas Kontrol.....	83
Tabel 20 Data Deskriptive Kelas Eksperimen	84
Tabel 21 Data Deskriptive Kelas Kontrol.....	84
Tabel 22 Hasil Perbandingan Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol	85

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Berfikir Penelitian	38
Gambar 2 <i>Quasi Eksperiment Pretest and Posttest</i>	41
Gambar 3 Variabel Penelitian	43
Gambar 4 Data <i>Pretest, Posttest</i> dan Gain Skor Kelas Eksperimen.....	79
Gambar 5 Data <i>Pretest, Posttest</i> dan Gain Skor Kelas Kontrol.....	82



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah merupakan salah satu komponen dari pendidikan. Di sekolah inilah kegiatan belajar mengajar dilaksanakan, ilmu pengetahuan diberikan dan dikembangkan kepada peserta didik. Kegiatan belajar mengajar di sekolah merupakan kegiatan penting dalam pendidikan disekolah. Segala sesuatu yang telah dibuat akan dilaksanakan dalam kegiatan belajar mengajar. Melalui kegiatan belajar mengajar ini juga proses pemberian ilmu pengetahuan diberikan kepada peserta didik.

Setiap peserta didik membutuhkan kebebasan untuk mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya. Di lain hal mengatur diri diperlukan regulasi atas dorongan yang dimiliki baik fisik, psikis, maupun tingkah laku. Dalam hal inilah peran *self management* sangat diperlukan untuk mengatur seluruh kemampuan tersebut. Menurut Sukadji pengelolaan diri (*self management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu : menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi aktifitas prosedur tersebut.¹

¹Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT. Indeks, 2016), hal.180.

Dengan kata lain, *self management* merupakan kemampuan individu untuk mengatur dirinya baik dari segi emosi, perilaku, bahkan untuk merubah stimulus.

Menurut Sukadji masalah-masalah yang dapat ditangani dengan menggunakan teknik *self management* diantaranya adalah : perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri ; perilaku yang sering muncul tanpa di prediksi waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari orang lain menjadi kurang efektif ; perilaku sasaran berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri ; tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli.²

Peserta didik merupakan objek yang terlibat langsung dalam pendidikan melalui proses belajar mengajar, sehingga dalam proses belajar mengajar peserta didik diharapkan mampu mengetahui dan mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya. Dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah yang terlibat adalah guru dan peserta didik. Kegiatan belajar mengajar dapat terlaksana apabila kedua objek tersebut ada. Jika salah satu objek tidak ada maka proses belajar mengajar tidak akan berlangsung dengan baik. Sehingga proses pemberian ilmu kepada peserta didik tidak dapat dilakukan secara maksimal.³

Melihat pandangan tersebut dapat diketahui bahwa kehadiran merupakan hal yang sangat penting dalam kegiatan belajar mengajar. Namun melihat

²Komalasari, *Ibid*, h.181.

³Aris Handoko, *Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Konseling Behaviour Dengan Teknik Self Management Pada Siswa X TKJ SMK Bina Nusantara Ungaran*, (online) , skripsi : universitas negeri malang, tersedia : http://scholar.google.co.id/scholar?q=mengatasi+perilaku+membolos&hl=id&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar#d=gs-qabs&u=%23p%3DMI2yyPiDQ3UJ, [diakses pada tanggal 25 Januari 2018 jam 10.46].

peristiwa yang terjadi dilapangan saat ini menunjukkan perbedaan yang sangat signifikan. Saat ini banyak sekali ditemukan salah satu objek dari kegiatan belajar mengajar tidak hadir dalam kegiatan belajar mengajar. Salah satu contoh bentuk dari permasalahan tersebut adalah perilaku membolos peserta didik. Kondisi seperti ini banyak sekali dijumpai peserta didik yang tidak hadir mengikuti kegiatan belajar mengajar disekolah saat jam pelajaran.

Menurut Gunarsa membolos yaitu pergi meninggalkan sekolah tanpa alasan yang tepat pada jam pelajaran dan tidak izin terlebih dahulu kepada pihak sekolah.⁴ Perilaku yang dimaksud dalam penelitian ini adalah ketidakhadiran peserta didik tanpa adanya keterangan yang jelas, tidak mengikuti pelajaran ketika jam pelajaran berlangsung, dan membolos merupakan perilaku menyimpang yang melanggar norma-norma sosial, karena peserta didik cenderung akan melakukan kegiatan-kegiatan yang negatif yang bisa merugikan dirinya sendiri dan orang-orang disekitarnya.

Perilaku membolos ini merupakan perilaku menyimpang dan melanggar aturan sekolah apabila perilaku ini tidak segera diselesaikan atau dicari jalan keluarnya maka akan mendapatkan dampak yang tidak baik. Menurut Kartini Kartono membolos merupakan ketidakhadiran peserta didik tanpa alasan yang tepat. Kebiasaan membolos yang dilakukan oleh siswa akan berdampak negatif

⁴Yurika Tri Murdianti, Mochamad Nursalim, *Studi Tentang Perilaku Membolos Siswa di SMP Negeri 2 Semen Puhsarang Kabupaten Kediri*(online), tersedia di <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/26276> hal. 110 (diakses tanggal 14 Februari 2019 pukul 11.26 WIB).

pada dirinya antara lain dihukum, diskorsing, tidak dapat mengikuti ujian, bahkan bisa dikeluarkan dari sekolah.⁵

Menurut Prayitno dan Erman Amti, penyebab perilaku membolos yang ada dalam diri peserta didik yaitu : (1) berhari-hari tidak masuk sekolah, (2) tidak masuk sekolah tanpa izin, (3) sering keluar pada jam pelajaran tertentu, (4) tidak masuk kembali setelah minta izin, (5) masuk sekolah berganti-ganti hari, (6) mengajak teman-teman untuk keluar pada mata pelajaran yang tidak disenangi, (7) minta izin keluar dengan alasan sakit dan lainnya, (8) mengirimkan surat izin tidak masuk dengan alasan yang dibuat-buat, (9) tidak masuk kelas setelah jam istirahat.⁶

Jadi peneliti menyimpulkan perilaku membolos disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor eksternal seperti lingkungan disekolah, lingkungan keluarga dan lingkungan bermain. Faktor internal dari perilaku membolos tersebut berasal dari dalam diri peserta didik tersebut. Dengan adanya faktor eksternal dan internal tersebut peserta didik melakukan perilaku membolos. Dalam bimbingan dan konseling, jenis layanan yang dapat digunakan untuk mengurangi perilaku membolos salah satunya ialah konseling kelompok, karena konseling kelompok memberikan kesempatan untuk mengekspresikan perasaan, konflik dan merealisasikan bahwa mereka senang berbagi perhatian dalam kelompok.

Perilaku membolos merupakan perilaku tidak disiplin, perilaku membolos apabila tidak segera diselesaikan akan memberikan dampak yang tidak baik. Perilaku membolos ini merupakan perilaku antisosial yang harus diselesaikan dan memerlukan bimbingan dari guru atau konselor disekolah. Seperti dikemukakan Gunarsa tingkah laku di sekolah yang bertahan dengan kurang pembentukan

⁵*Ibid*, hal 110.

⁶Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rieneka Cipta, 2004), hal. 61.

kesanggupan disiplin diri, pengendalian tingkah laku dan membutuhkan bimbingan guru antara keterlambatan, membolos, menentang guru, perkelahian, mencontek, dan sebagainya. Dalam Al-Quran yang memerintahkan tentang disiplin yaitu surat An-Nisa ayat 59 sebagai berikut :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِيَ الْأَمْرِ مِنْكُمْ فَإِنْ تَنَزَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ
ذَلِكَ خَيْرٌ وَأَحْسَنُ تَأْوِيلًا ﴿٥٩﴾

Artinya : *Hai orang-orang yang beriman, taatilah Allah dan taatilah Rasul(Nya), dan ulil amri diantara kamu. Kemudian jika kamu berlainan pendapat tentang sesuatu, maka kembalikanlah ia kepada Allah (Al Quran) dan Rasul (sunnahnya), jika kamu benar-benar beriman kepada Allah dan hari kemudian. Yang demikian itu lebih utama (bagimu) dan lebih baik akibatnya.*⁷ (Q.S.An-Nisa:59)

Berdasarkan surat An-Nisa tersebut dijelaskan bahwa disiplin bukan hanya menyangkut tentang waktu saja akan tetapi disiplin dan patuh terhadap pemimpin dan patuh terhadap peraturan-peraturan yang berlaku. Melakukan perbuatan yang diperintah-Nya dan menjauhi segala larangan-nya. Apabila dikemudian hari terjadi perselisihan maka keputusan tersebut diserahkan kepada-Nya pemilik keputusan terbaik.

Dilihat dari masa perkembangan, peserta didik SMP sedang berada dalam masa remaja. Menurut Havighurst, individu pada fase-fase atau periode kehidupan tertentu dan apabila mereka berhasil mencapainya mereka akan berbahagia, tetapi

⁷ Departemen Agama RI, *Al Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro,2008), h.84.

sebaliknya apabila mereka gagal akan kecewa dan dicela orang tua atau masyarakat dan perkembangan selanjutnya juga akan mengalami kesulitan.⁸

Menurut Havighurst Tugas-tugas perkembangan pada masa remaja yaitu : (1) menerima keadaan jasmaniah dan menggunakannya secara efektif; (2) menerima peranan sosial jenis kelamin; (3) menginginkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab sosial; (4) mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya; (5) belajar bergaul dengan kelompok anak-anak wanita dan anak-anak laki-laki; (6) perkembangan skala nilai; (7) secara sadar mengembangkan gambaran dunia yang lebih adekwat; (8) persiapan mandiri secara ekonomi; (9) pemilihan dan latihan jabatan; (10) mempersiapkan perkawinan dan keluarga.⁹

Hal tersebut terjadi di SMP Negeri 6 Bandar Lampung. Peneliti mewawancarai guru BK untuk mengetahui peserta didik yang melakukan perilaku membolos. Peristiwa perilaku membolos terjadi di SMP Negeri 6 Bandar Lampung. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilihat dari absensi peserta didik peneliti terhadap kelas IX G dan IX J , terdapat peserta didik terutama kelas IX G dan IX J yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan sering melakukan perilaku membolos. Akibat dari peristiwa ini orang tua dari masing-masing peserta didik berseteru di ruang BK, ketika peneliti mengamati secara langsung ketika melaksanakan pra penelitian di SMP Negeri 6 Bandar Lampung. Peneliti melakukan observasi tentang peserta didik yang melakukan perilaku membolos. Terutama kelas IX G dan IX J merupakan kelas di sekolah ini yang peserta didiknya dikenal sering melakukan perilaku membolos. Kelas ini terdiri dari masing-masing kelas 30 peserta didik. Berikut hasil survey pra

⁸Andi Thahir, *Psikologi Kriminal*, (Bandar Lampung: 2016), hal 34.

⁹*Ibid*, hal 35.

penelitian yang peneliti lakukan pada peserta didik kelas IX G dan IX J SMP Negeri 6 Bandar Lampung diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 1
Data Membolos Peserta Didik Kelas IX T.P 2019/2020
SMP Negeri 6 Bandar Lampung

No	Nama	Kelas	Jumlah Absensi Membolos 1 Bulan	Jenis Membolos	Jumlah Siswa
1	AF	IX G	5 kali	Tidak masuk sekolah karena kesiangan	30
2	AW	IX G	4 kali	Pergi ke sekolah tetapi tidak sampai ke sekolah	
3	AM	IX G	10 kali	Pergi ke sekolah tetapi tidak sampai ke sekolah	
4	A	IX G	5 kali	Tidak masuk sekolah tanpa keterangan	
5	MA	IX G	4 kali	Tidak masuk sekolah tanpa keterangan	
6	R	IX G	6 kali	Tidak masuk sekolah tanpa keterangan	
7	AM	IX J	5 kali	Pergi ke sekolah tetapi tidak	

				sampai ke sekolah	
8	MPM	IX J	5 kali	Pergi ke sekolah tetapi tidak sampai ke sekolah	
9	AW	IX J	6 kali	Membuat surat izin tidak masuk sekolah dengan alasan dibuat-buat	
10	J	IX J	5 kali	Membuat surat izin tidak masuk sekolah dengan alasan dibuat-buat	30
11	WH	IX J	5 kali	Tidak masuk sekolah karena kesiangkan	
12	RP	IX J	5 kali	Tidak masuk sekolah tanpa keterangan	
		Total	65		60

Sumber: Dokumentasi absensi SMP Negeri 6 Bandar Lampung tanggal 22 Februari 2018/2019.¹⁰

Menurut Guru Pembimbing di SMP Negeri 6 Bandar Lampung dapat diketahui bahwa peserta didik tersebut merupakan peserta didik yang memiliki persentase membolos tinggi dibandingkan peserta didik yang lainnya. Dapat

¹⁰Data survey Pra Penelitian dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 6 Bandar Lampung, tanggal 22 Februari 2019.

dilihat bahwa kelas IX G dengan jumlah 30 peserta didik terdapat 6 orang yang melakukan perilaku membolos dengan jumlah membolos 34 kali. Yakni AF terhitung pada bulan Februari tidak masuk tanpa izin sebanyak 5 kali karena kesiangan. Kemudian AW sebanyak 4 kali, AM sebanyak 10 kali yaitu izin dari rumah untuk pergi kesekolah akan tetapi tidak sampai ke sekolah, A sebanyak 5 kali, MA sebanyak 4 kali, R sebanyak 6 kali yaitu tidak masuk sekolah tanpa keterangan. Sedangkan kelas IX J berjumlah 30 peserta didik, yang melakukan perilaku membolos berjumlah 31 kali. Yakni AM sebanyak 5 kali dan MPM sebanyak 6 kali membolos dengan jenis membolos izin pergi kesekolah tetapi tidak sampai ke sekolah. AW sebanyak 6 kali dengan jenis membolos membuat surat izin tidak masuk sekolah dengan alasan dibuat-buat. J sebanyak 5 kali, WH sebanyak 5 kali membolos dengan jenis membolos tidak masuk sekolah karena kesiangan, RP 5 kali membolos dengan jenis membolos tidak masuk tanpa keterangan.

Perilaku membolos yang dilakukan oleh peserta didik tersebut juga membawa dampak buruk dalam prestasi belajar disekolah. Menurut guru BK yang mendapatkan laporan dari wali kelas dan guru mata pelajaran, pada dasarnya peserta didik tersebut memiliki minat belajar yang rendah dan prestasi belajarnya berada di bawah rata-rata. Hal ini terjadi karena peserta didik tersebut tidak menguasai materi pelajaran serta tidak memiliki catatan yang lengkap tentang materi pembelajaran karena sering tidak masuk sekolah tersebut.

Berdasarkan uraian dalam latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektifitas Konseling Kelompok

dengan Teknik *Self Management* dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas IX SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Terdapat 12 peserta didik dari 60 peserta didik yang melakukan perilaku membolos.
2. Terdapat 3 peserta didik yang melakukan perilaku membolos karena kesiangan.
3. Terdapat 4 peserta didik yang melakukan perilaku membolos izin pergi ke sekolah akan tetapi tidak sampai ke sekolah.
4. Terdapat 4 peserta didik yang melakukan perilaku membolos karena tidak masuk tanpa keterangan.
5. Terdapat 1 peserta didik yang melakukan perilaku membolos dengan membuat surat izin dibuat-buat.

C. Batasan Masalah

Agar masalah ini dapat dikaji dan tidak menyimpang terlalu jauh dan berdasarkan identifikasi masalah serta terbatasnya waktu dan pengetahuan yang dimiliki, dalam penelitian ini membatasi permasalahan tentang efektivitas konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas IX SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020.

D. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah ditetapkan maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : Apakah konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self management* efektif dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020?

E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut tujuan skripsi penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020.

2. Kegunaan Penelitian

1. Secara teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan baru dan memberikan masukan bagi ilmu bimbingan dan konseling, khususnya konselor dan guru untuk menangani perilaku membolos peserta didik di sekolah serta memberi pengayaan teori tentang Konseling Kelompok dan *Self Management*.

2. Secara Praktis

a. Bagi Peserta Didik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi peserta didik dan dapat mengurangi perilaku membolos di SMP Negeri 6 Bandar Lampung.

b. Bagi Guru

Dapat dijadikan acuan bagi guru, khususnya guru bimbingan dan konseling untuk perilaku membolos peserta didiknya.

c. Bagi Penulis

Dapat menambah pengetahuan dan menjadi pengalaman yang sangat besar berupa pengalaman yang menjadi bekal untuk menjadi calon konselor yang profesional serta dapat menambah pengalaman secara langsung bagaimana penggunaan layanan bimbingan dan konseling yang baik dan menyenangkan.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Penulis membatasi ruang lingkup penelitian agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang ditetapkan, diantaranya adalah :

1. Ruang Lingkup Ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling.

2. Ruang Lingkup Objek

Ruang lingkup objek pada penelitian ini adalah sejauh mana perilaku membolos peserta didik dapat ditanggulangi dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik *self management*.

3. Ruang Lingkup Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VII, VIII, IX SMP Negeri 6 Bandar Lampung.

4. Ruang Lingkup Wilayah

Ruang lingkup wilayah dalam penelitian ini adalah SMP Negeri 6 Bandar Lampung.

5. Ruang Lingkup Waktu

Ruang lingkup waktu pada penelitian ini dilakukan pada semester genap 2018/2019.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyuluhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dan perkembangan dan pertumbuhannya.¹¹

Konseling kelompok merupakan proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti bersifat permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling mempercayai, saling memperlakukan dengan hangat, saling pengertian, saling menerima dan mendukung.¹²

Menurut Winkel & Hastuti konseling kelompok merupakan bentuk khusus dari layanan konseling, yaitu wawancara konseling antara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus yang tergabung dalam satu kelompok kecil.¹³

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah suatu layanan pemberian bantuan kepada individu yang dilaksanakan dalam bentuk kelompok dengan bantuan konselor sebagai pemimpin kelompok

¹¹Rifda El Fiah, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Idea Press, 2015), h.111

¹²*Ibid*

¹³Amaliah, Hamzah, Fariat, "Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Siswa Membolos di SMPN 29 Banjarmasin Tahun Ajaran 2017/2018" *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur*, Vol.4 No. 1, 2018, hal. 2.

yang memiliki tujuan agar individu tersebut dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi dan mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Melalui konseling kelompok ini peserta didik dapat mengemukakan dengan lugas masalah yang dihadapinya terutama masalah membolos. Selain itu juga melalui konseling kelompok ini peserta didik bisa melatih diri berbicara didepan umum.

2. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan layanan konseling kelompok menurut Dewa Ketut Sukardi yaitu :

- a. Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak.
- b. Melatih anggota kelompok agar dapat bertenggang rasa terhadap teman sebayanya.
- c. Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok.
- d. Mengentaskan permasalahan-permasalahan kelompok.¹⁴

Selanjutnya menurut Prayitno secara khusus fokus layanan konseling kelompok adalah masalah pribadi individu peserta layanan, maka layanan konseling kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah tersebut , para peserta memperoleh dua tujuan sekaligus yaitu :

- 1) Berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dan bersosialisasi dan berkomunikasi.

¹⁴ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta:PT.Rineka Cipta,2002), h.49-50.

- 2) Terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu lain yang menjadi peserta layanan.¹⁵

Jadi dapat disimpulkan tujuan konseling kelompok adalah melatih pengembangan potensi, melatih komunikasi dan cara bersosialisasi dengan orang lain, serta mampu mengentaskan masalah-masalah yang dialami anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

3. Asas-Asas Konseling Kelompok

Menurut Prayitno dalam konseling kelompok asas yang dipakai adalah :

- a) Asas Kerahasiaan, menuntut dirahasiakannya semua data dan keterangan mengenai konseli yang menjadi sasaran layanan bimbingan dan konseling.
- b) Asas Kesukarelaan, sebagai aktifitas layanan yang bersifat membantu kegiatan bimbingan dan konseling bukanlah merupakan suatu paksaan. Dengan adanya kesukaan dan kerelaan konseli dan konselor untuk menjalani proses konseling maka antara konseli dan konselor akan terjalin kerjasamayang demokratis.
- c) Asas Keterbukaan, merupakan asas bimbingan dan konseling yang menginginkan konseli dalam proses konseling bersifat terbuka dan menjauhi kepura-puraan, terutama dalam memberi keterangan ataupun menerima informasi dari luar yang bermanfaat untuk proses konseling.
- d) Asas Kegiatan, asas ini menghendaki agar konseli tidak pasif tapi berpartisipasi aktif dalam proses konseling, dalam hal ini konselor

¹⁵ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta:PT. Raja Grafindo Persada,2007), h. 174

hendaknya berupaya mendorong konseli untuk aktif dan partisipatif dalam setiap sesi konseling yang dilaksanakan.¹⁶

4. Tahapan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok terdiri dari beberapa tahapan. Terdapat beberapa istilah yang berbeda dari beberapa ahli tentang konseling kelompok akan tetapi intinya tetap sama. Adapun tahapan konseling kelompok yaitu :

1. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan merupakan tahap pengenalan dan tahap perlibatan awal dalam kelompok. Tahapan ini sangat perlu sebagai dasar pembentukan dinamika kelompok. Dalam tahapan ini pemimpin harus menjelaskan pengertian layanan konseling kelompok, tujuan, tata cara, serta asas-asas bimbingan kelompok. Selain itu pengenalan antara sesama anggota kelompok maupun pengenalan anggota kelompok dengan pemimpin kelompok juga dilakukan dalam tahap ini.

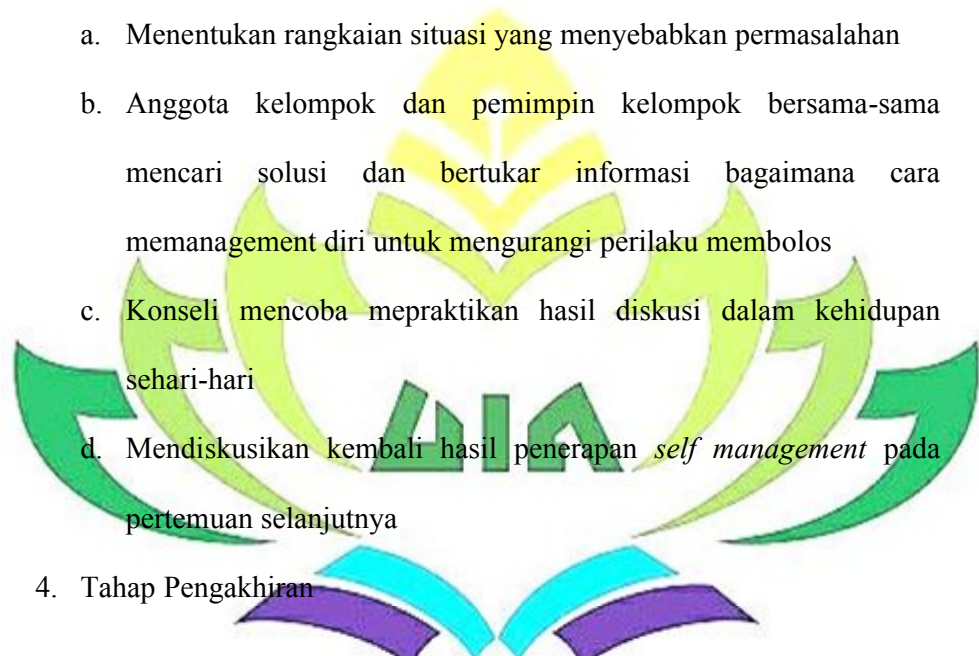
2. Tahap Peralihan

Pada tahapan ini pemimpin kelompok perlu kembali mengalihkan perhatian anggota kelompok tentang kegiatan apa yang dilakukan selanjutnya. Menjelaskan jenis kelompok (kelompok tugas atau bebas). Menawarkan atau mengamati apakah anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya. Membahas suasana yang terjadi dan meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.

¹⁶El Fiah, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, h. 44-45

3. Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari layanan konseling kelompok. Dalam tahap ketiga ini hubungan antar anggota kelompok tumbuh dengan baik. Saling tukar pengalaman dalam bidang suasana, perasaan yang terjadi. Pengaturan, penyajian, dan pembukaan diri berlangsung dengan bebas. Konseling kelompok dengan teknik *self management* adalah setelah pengungkapan masalah, kemudian :

- 
- a. Menentukan rangkaian situasi yang menyebabkan permasalahan
 - b. Anggota kelompok dan pemimpin kelompok bersama-sama mencari solusi dan bertukar informasi bagaimana cara memmanagement diri untuk mengurangi perilaku membolos
 - c. Konseli mencoba mempraktikkan hasil diskusi dalam kehidupan sehari-hari
 - d. Mendiskusikan kembali hasil penerapan *self management* pada pertemuan selanjutnya

4. Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera berakhir. Meminta kepada para anggota kelompok untuk mengemukakan perasaan tentang kegiatan yang telah dijalani, serta membahas kegiatan selanjutnya. Dalam tahap ini pemimpin kelompok mengusahakan suasana hangat, bebas, dan terbuka memberikan pernyataan dan mengucapkan terimakasih atas keikutsertaan anggota, memberikan

semangat untuk kegiatan lebih lanjut dan rasa dengan penuh persahabatan.¹⁷

B. Management Diri (*Self Management*)

1. Konsep Dasar *Self Management*

Pengelolaan diri (*self management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri.¹⁸ Istilah *self management* mengacu pada harapan agar konseli dapat lebih aktif dalam proses terapi. Cormier & Cormier dalam Sutijono & Soedarmadji menyatakan, bahwa keaktifan ini ditunjukkan untuk mengatur atau memanipulasi lingkungan sesuai dengan perilaku apa yang akan dibentuk.¹⁹

Gagasan pokok dari penilaian *self management* adalah bahwa perubahan bisa dihadirkan dengan mengajar orang dalam menggunakan keterampilan menangani situasi bermasalah dalam program *self management*. ini peserta didik mengambil keputusan dengan hal-hal yang berhubungan dengan perilaku khusus yang ingin dikendalikan atau dirubah. Corey menyatakan bahwa seringkali peserta didik menemukan bahwa alasan utama dari ketidak berhasilnya mencapai sasaran adalah ketidak dimilikinya keterampilan. Dalam kawasan seperti itu pendekatan pengarahan diri sendiri bisa memberikan garis besar sehingga didapat perubahan dan sebuah rencana yang akan membawa ke perubahan.²⁰

¹⁷Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, h.50

¹⁸Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, h. 180

¹⁹Hartono dan Soedarmadji, *Psikologi Konseling*,(Jakarta:Kencana,2012), h. 125.

²⁰Corey, Gerald, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* vol.4, Translate by Mulyarto, Semarang: IKIP Semarang Pers,1995, h.25.

Dalam menggunakan strategi *self management* untuk mengubah perilaku, maka peserta didik berusaha mengarahkan perubahan perilakunya dengan cara memadukan aspek-aspek lingkungan atau mengadministrasikan konsekuensi-konsekuensi. Dengan demikian melalui strategi ini selain peserta didik mampu mencapai perubahan perilaku yang diinginkan yaitu tidak melakukan perilaku membolos dan juga dapat mengembangkan potensi dalam mengelola diri.

2. Teknik Konseling *Self Management*

Konseling merupakan proses komunikasi bantuan yang penting, diperlukan model yang dapat menunjukkan kapan dan bagaimana guru BK melakukan intervensi kepada peserta didik. Dengan kata lain, konseling memerlukan keterampilan (*skill*) pada pelaksanaannya. Gunarsa menyatakan bahwa *self management* meliputi pemantauan diri (*self monitoring*), reinforcement yang positif (*self reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*) dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*).²¹

a. Pemantaua Diri (*self monitoring*)

Merupakan suatu proses peserta didik mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dalam lingkungan. Dalam pemantauan diri ini biasanya peserta didik mengamati dan mencatat perilaku masalah, mengendalikan penyebab terjadinya masalah (*antecedent*) dan menghasilkan konsekuensi.

²¹Gunarsa, Singgih, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta:Gunung Mulia,2004), h. 225

b. *Reinforcement* yang positif (*self reward*)

Digunakan untuk membantu peserta didik mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri. Ganjaran diri ini digunakan untuk menguatkan atau meningkatkan perilaku yang diinginkan. Asumsi dasar teknik itu adalah bahwa dalam pelaksanaannya, ganjaran diri parallel dengan ganjaran yang diadministrasikan dari luar. Dengan kata lain, ganjaran yang dihadirkan sendiri sama dengan ganjaran yang diadministrasikan dari luar. Didefinisikan oleh fungsi yang mendesak perilaku sasaran.

c. Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*)

Ada beberapa langkah dalam *self contracting* ini yaitu :

- a) Peserta didik membuat perencanaan untuk mengubah pikiran, perilaku, dan perasaan yang diinginkannya
- b) Peserta didik meyakini semua yang ingin dirubahnya
- c) Peserta didik bekerja samadengan teman/keluarga program *self managementnya*
- d) Peserta didik akan menanggung resiko dengan program *self management* yang dilakukannya
- e) Pada dasarnya semua yang peserta didik harapkan mengenai perubahan pikiran, perilaku dan perasaan adalah untuk peserta didik itu sendiri

- f) Peserta didik menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama menjalani proses *self management*

d. Penguasaan terhadap rangsangan (*self control*)

Teknik ini menekankan pada penataan kembali atau midifikasi lingkungan sebagai isyarat khusus atau *antecedent* atau respon tertentu.

3. Tujuan Teknik *Self Management*

Tujuan dari teknik pengelolaan diri yaitu agar peserta didik secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku mereka yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikendaki. Dalam arti peserta didik mengatur pikiran, perasaan, dan perbuatan mereka sehingga mengacu pada penghindaran terhadap hal-hal yang buruk peningkatan ada hal-hal yang baik dan benar.

Menurut Sukadji masalah-masalah yang dapat ditangani dengan menggunakan teknik pengelolaan diri (*self management*) diantaranya adalah :

- 1) Perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri.
- 2) Perilaku yang muncul tanpa di prediksi waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari orang lain menjadi kurang efektif.
- 3) Perilaku sasaran berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri.

- 4) Tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli.²²

Dalam proses konseling, konselor dan konseli secara bersama-sama menentukan tujuan yang ingin dicapai. Konselor mengarahkan konselinya dalam menentukan tujuannya, begitu juga sebaliknya konseli juga harus berperan aktif dalam proses konseling. Setelah proses konseling *self management* berakhir diharapkan peserta didik mampu mengelola pikiran, perasaan, dan tingkah laku yang ingin dicapainya, serta mampu menghasilkan keterampilan belajar yang baru yang sesuai dengan yang diharapkan dapat mempertahankan keterampilan tersebut diluar dari proses konseling *self management* ini, serta perubahan yang tepat dan mantap dan menetap sesuai dengan prosedur yang tepat.

4. Manfaat Teknik *Self Management*

Dalam penerapan teknik pengelolaan diri (*self management*) tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan konseli. Konselor sekolah berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli. Dalam pelaksanaan *self management* biasanya diikuti dengan pengaturan lingkungan untuk mempermudah terlaksananya pengelolaan diri. Pengaturan lingkungan dimaksudkan untuk menghilangkan faktor penyebab (*antecedent*) dan dukungan untuk perilaku yang akan dikurangi. Pengaturan lingkungan dapat berupa :

²²Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, h.181

- a. Mengubah lingkungan fisik sehingga perilaku yang tidak dikehendaki sulit dan tidak mungkin dilaksanakan.
- b. Mengubah lingkungan sosial sehingga lingkungan sosial ikut mengontrol tingkah laku konseli.
- c. Mengubah lingkungan atau kebiasaan sehingga menjadi perilaku yang tidak dikehendaki hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu saja.²³

5. Peran Konselor dan Konseli

Seperti yang telah kita ketahui, bahwa dalam konseling kelompok peran konselor sekolah adalah sebagai guru, mentor, dan fasilitator dan pemberi dukungan kepada konseli dalam mengarahkan konseling untuk mencapai tujuannya. Sebaliknya peran konseli harus berperan aktif dalam proses konseling. Keaktifan ini ditunjukkan untuk mengatur atau memanipulasi lingkungan sesuai dengan perilaku yang akan dibentuk.

Ada beberapa catatan untuk melaksanakan teknik ini, yaitu :

- 1) Konseli harus aktif berperan dalam setiap bagian proses konseling.
- 2) Konseli didorong untuk melakukan introspeksi diri dan mengajari aspek-aspek konseling dengan cara mengembangkan tindakan yaitu keterampilan yang spesifik.
- 3) Konseli harus berfikir bahwa proses konseling berhubungan dengan kejadian internal.

²³*Ibid*,h.181

- 4) Konseli mempunyai tanggung jawab yang besar terhadap hasil yang akan dicapai.
- 5) Konseli belajar teknik *self management*.
- 6) Konselor bertindak sebagai mentor.²⁴

Dalam teknik *self management* konseli harus lebih banyak belajar untuk memahami dirinya sendiri, memberi motivasi untuk diri sendiri, serta bertanggung jawab atas konsekuensi dari keputusan yang telah diambilnya, dan belajar mengembangkan keterampilan-keterampilan yang didapatnya dari proses konseling.

6. Faktor-Faktor Keefektifan Dalam Pelaksanaan Teknik *Self Management*

Setiap konseli pasti memiliki keinginan agar tujuannya tercapai dalam konseling, begitu juga konselor berusaha membantu konseli dalam mencapai tujuan konseling. Cormier & Cormier menyatakan bahwa agar pelaksanaan strategi *self management* ini berjalan efektif, maka ada beberapa factor yang perlu diperhatikan :

- 1) Adanya kombinasi beberapa strategi konseling dimana beberapa diantaranya berfokus pada *antecedent* dan yang lainnya pada konsekuensi dari perilaku tertentu.
- 2) Konsistensi penggunaan salah satu strategi dalam kurun waktu tertentu.
- 3) Bukti evaluasi dari konseli, penentuan sasaran dengan standar tinggi.

²⁴Hartono ,*Psikologi Konseling*, h. 125-126

- 4) Gunakan *self-reinforcement* secara tertutup, verbal atau dengan bentuk materi-materi tertentu.
- 5) Adanya dukungan eksternal/lingkungan²⁵

7. Tahap-Tahap Pengelolaan Diri (*Self Management*)

Menurut Komalasari, pengelolaan diri biasanya dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah sebagai berikut :

a. Tahap Monitor Diri atau Observasi Diri

Pada tahap ini konseli dengan sengaja menilai tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti. Catatan ini menggunakan daftar cek atau catatan observasi kualitatif. Hal-hal yang perlu diperhatikan oleh konseli dalam mencatat tingkah laku atau frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku.

b. Tahap Evaluasi Diri

Pada tahap ini konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang dibuat oleh konseli. Perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektifitas dan efisiensi program. Bila program tersebut tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok, atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

c. Tahap Pemberian Penguatan, Penghapusan atau Hukuman

Pada tahap ini konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus dan memberikan hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan

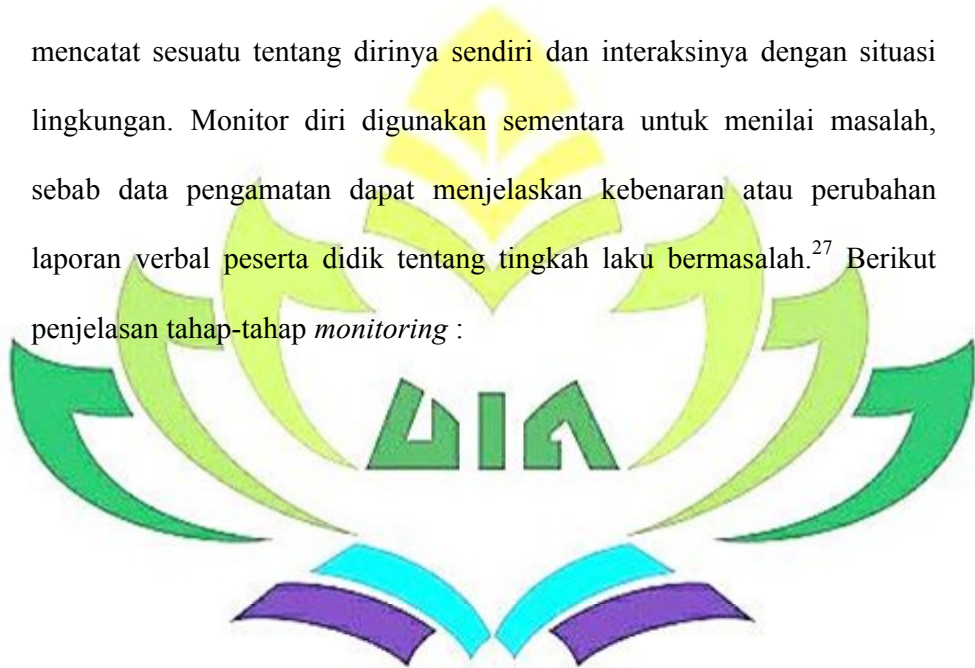
²⁵*Ibid*,h.126

tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari konseli untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara kontinyu.²⁶

Sedangkan menurut Comier dalam Mochamad Nursalim terdapat tiga strategi *self management*, yaitu : (1) *self monitoring*, (2) *self control*, (3) *self reward*. Strategi tersebut akan dijelaskan lebih rinci yaitu :

(1). *Self-Monitoring*

Menurut Comier dalam Mochamad Nursalim monitor diri (*self-monitoring*) adalah proses yang mana peserta didik mengobservasi dan mencatat sesuatu tentang dirinya sendiri dan interaksinya dengan situasi lingkungan. Monitor diri digunakan sementara untuk menilai masalah, sebab data pengamatan dapat menjelaskan kebenaran atau perubahan laporan verbal peserta didik tentang tingkah laku bermasalah.²⁷ Berikut penjelasan tahap-tahap *monitoring* :



²⁶Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, h. 182

²⁷Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta : Akademia Permata, 2013), h. 153

Tabel 2
Langkah-Langkah *Self Monitoring*

Langkah-Langkah	Keterangan
1. Rasional	Berisi tujuan dan overview (gambaran singkat) prosedur strategi
2. Penentuan respon yang di observasi	Memilih target respon yang akan di monitor : a. Jenis respon b. Kekuatan / valensi respon c. Jumlah respon
3. Mencatat respon	a. Saat mencatat / timing mencatat 1. Mencatat sebelum kemunculan perilaku digunakan untuk menambah respon 2. Mencatat dengan segera 3. Mencatat ketika tidak ada respon-respon lain yang mengganggu pencatat / perencana b. metode mencatat 1. Menghitung frekuensi 2. Mengukur lamanya a) mencatat terus menerus b) waktunya acak/sembarang/sampling c. Alat mencatat 1. <i>Portable</i> seperti tusuk gigi dan kerikil 2. <i>Accessible</i> seperti tanda-tanda dan bintang
4. Membuat peta suatu konsep	Membuat peta atau grafik dari jumlah perolehan keseharian yang tercatat
5. Memperlihatkan data	Memberitahukan kepada orang-orang untuk mendapatkan dukungan lingkungan
6. Analisis data	Ketepatan interpretasi data pemahaman tentang hasil evaluasi diri dan dorongan diri

Sumber : Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling* halaman 154-155

(2) *Stimulus-control*

Stimulus control adalah penyusunan/perencanaan kondisi-kondisi lingkungan yang telah ditentukan sebelumnya, yang membuat

terlaksanakannya/dilakukannya tingkah laku tertentu. Kondisi lingkungan berfungsi sebagai tanda/anteseden dari suatu respon tertentu. Dengan kata lain anteseden merupakan suatu stimulus untuk suatu respon tertentu.

(3) *Self Reward*

Self reward digunakan untuk memperkuat atau untuk meningkatkan respon yang diharapkan atau yang menjadi tujuan. *Self reward* berfungsi untuk meningkatkan respon yang diharapkan atau yang menjadi tujuan. *Self reward* berfungsi untuk mempercepat tingkah laku. Menurut Soekadji dalam Mochamad Nursalim berpendapat bahwa agar penerapan *self reward* yang efektif perlu dipertimbangkan syarat-syarat seperti : (1) menyajikan pengukuh seketika, (2) memilih pengukuh yang tepat, (3) memilih kualitas pengukuh, (4) mengatur kondisi emosional, (5) menentukan kuantitas pengukuh, dan (6) mengatur jadwal pengukuh.²⁸ Untuk menciptakan kepribadian yang bertanggung jawab dengan belajarnya, maka peneliti memilih teknik *self management* dalam meningkatkan belajar peserta didik. *Self management* merupakan suatu model dalam *cognitive-behaviour therapy*. Salah satu tujuan pendekatan ini yaitu untuk membantu konseli membuang respon-respon yang lama yang merusak diri atau maladaptif dan mempelajari respon-respon baru yang lebih sesuai.²⁹ Dalam menggunakan strategi manajemen diri untuk mengubah perilaku, konseli berusaha mengarahkan perubahan perilakunya dengan cara memodifikasi aspek-aspek lingkungan atau

²⁸*Ibid*, h.157

²⁹Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, h.156

mengadministrasikan konsekuensi-konsekuensi. Dalam menggunakan strategi manajemen diri, disamping konseli dapat mencapai perubahan perilaku sasaran yang diinginkan juga dapat berkembang kemampuan manajemen dirinya.

C. Perilaku Membolos

1. Pengertian Membolos

Menurut Gunarsa membolos yaitu pergi meninggalkan sekolah tanpa alasan yang tepat pada jam pelajaran dan tidak izin terlebih dahulu kepada pihak sekolah.³⁰ Pengertian lain menyebutkan bahwa membolos adalah salah satu jenis kenakalan yang marak dilakukan oleh pelajar.³¹

Dari beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku membolos merupakan perilaku yang sering dilakukan oleh pelajar atau peserta didik yaitu perilaku tidak masuk sekolah tanpa izin yang jelas atau pergi meninggalkan sekolah tanpa adanya izin dari pihak sekolah, dan dilakukan guna mencapai tujuan tertentu.

2. Gejala Peserta Didik yang Membolos

Menurut Prayitno dan Erman Amti ada beberapa gejala peserta didik yang membolos antara lain :

³⁰Yurika Tri Murdianti, Mochamad Nursalim, Studi Tentang Perilaku Membolos Siswa di SMP Negeri 2 Semen Puhsarang Kabupaten Kediri(online), tersedia di <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/26276>, hal. 110 (diakses tanggal 14 Februari 2019 pukul 11.26 WIB).

³¹Amaliah, Hamzah, Farial, Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Mengurangi Perilaku Siswa Membolos di SMPN 29 Banjarmasin Tahun Ajaran 2017/2018, tersedia online: <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR.Vol.4.No.1,2018,h,2>.

- a. Berhari-hari tidak masuk sekolah
- b. Tidak masuk sekolah tanpa izin
- c. Sering keluar pada jam pelajaran tertentu
- d. Tidak masuk kembali setelah minta izin
- e. Masuk sekolah berganti hari
- f. Mengajak teman-teman untuk keluar pada jam pelajaran yang tidak disenangi
- g. Minta izin keluar dengan alasan sakit atau alasan lainnya
- h. Mengirimkan surat izin dengan alasan yang dibuat-buat
- i. Tidak masuk kelas lagi setelah jam istirahat³²

Dari macam-macam gejala tersebut merupakan gejala yang sering dilakukan oleh peserta didik yang biasa melakukan kebiasaan membolos di sekolah. Akan tetapi dalam hal tersebut gejala peserta didik yang satu dengan peserta didik yang lainnya tidak sama dalam perilaku membolosnya.

3. Pembentukan Perilaku Membolos

Berkaitan dengan perilaku membolos, perilaku manusia sebagian besar berupa perilaku yang dibentuk dan dipelajari meliputi : (a) cara pembentukan perilaku dengan kebiasaan (*conditi-oning*), (b) cara pembentukan perilaku dengan pengertian (*insight*), (c) cara pembentukan perilaku dengan menggunakan model.³³

³²Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rieneka Cipta, 2004), h.61

³³Mahmudah, *Mengurangi Perilaku Membolos Dengan Menggunakan Layanan Konseling Behavioral*, tersedia :

4. Teori Perilaku

Perilaku manusia pada dasarnya tidak lepas dari keadaan individu itu sendiri dan lingkungan dimana individu itu berada. Perilaku manusia didorong oleh motif tertentu sehingga manusia itu berperilaku dalam hal ini. Ada beberapa teori perilaku antara lain : (a) teori insting, (b) teori dorongan (*drive theory*), (c) teori intensif (*insentife theory*), dan teori atribusi.³⁴

5. Faktor-Faktor Penyebab Peserta Didik Membolos

Perilaku membolos pada dasarnya dipengaruhi oleh banyak faktor. Menurut Prayitno ada beberapa faktor yang menyebabkan peserta didik membolos yaitu : (a) tidak senang dengan sikap dan perilaku guru, (b) merasa kurang mendapatkan perhatian dari guru, (c) merasa dibeda-bedakan oleh guru, (d) merasa dipojokkan oleh guru, (e) proses belajar mengajar membosankan, (f) merasa gagal dalam belajar, (g) kurang berminat terhadap pelajaran, (h) terpengaruh oleh teman yang suka membolos, (i) takut masuk karena tidak membuat tugas, (j) tidak membayar kewajiban (SPP) tepat pada waktunya.³⁵

Faktor yang menyebabkan peserta didik melakukan membolos tidak hanya berasal dari faktor sekolah saja akan tetapi ada faktor lainnya yang menjadi penyebab perilaku membolos yang dilakukan oleh peserta didik. Kartini Kartono mengungkapkan penyebab siswa membolos ada dua jenis antara lain dalam diri

<http://www.google.com/ur?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiBmYTKksnQAhXMso8KHY1SAKgQFggkMAE&url=http%3A%2F%2Fjournal.ikip-veteran.ac.id%2Findex.php%2Fkes%2Farticle%2Fdownload%2F133%2F148&usg=AFQjCNEmh nHXO1SzQCRhAKK2ZPRIoavfEA>[diakses pada tanggal 26 Maret 2019 jam 09.23 WIB].

³⁴ *Ibid*

³⁵ Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, h.61

sendiri dan lingkungannya. Dari dalam dirisendiri yaitu siswa takut akan kegagalan, siswa merasa ditolak dan tidak disukai lingkungan. Penyebab dari lingkungan yaitu keluarga tidak memotivasi pembelajaran atau proses belajar dan tidak mengetahui pentingnya sekolah bagi anak atau individu atau siswa atau peserta didik untuk masa depan kelak.³⁶

Dari kedua pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya ada 2 faktor utama yang menjadi penyebab munculnya perilaku membolos faktor tersebut adalah faktor internal dan faktor eksternal dari peserta didik itu sendiri.

6. Dampak Negatif Perilaku Membolos

Perilaku membolos apabila tidak segera diatasi maka akan banyak menimbulkan banyak dampak negatif. Menurut Prayitno membolos dapat menimbulkan beberapa dampak negatif antara lain : (a) minat terhadap pelajaran semakin berkurang, (b) gagal dalam ujian, (c) hasil belajar yang diperoleh tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki, (d) tidak naik kelas, (e) penguasaan terhadap materi pembelajaran tertinggal dari teman-teman lainnya, (f) dikeluarkan dari sekolah.³⁷

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa membolos merupakan perilaku yang tidak hanya membawa dampak dalam proses belajar saja seperti tidak bisa mengikuti ujian bahkan sampai dikeluarkan dari sekolah, tetapi bisa

³⁶ Yurika Tri Murdianti, Mochamad Nursalim, Studi Tentang Perilaku Membolos Siswa di SMP Negeri 2 Semen Puhsarang Kabupaten Kediri(online), tersedia di <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/26276>, hal. 110 (diakses tanggal 14 Februari 2019 pukul 11.26 WIB).

³⁷ Prayitno, *Ibid* h.62

mengakibatkan dampak yang lebih luas seperti terjerumus kedalam pergaulan bebas yang dapat merugikan diri sendiri seperti menggunakan obat-obatan terlarang (narkoba), sex bebas, dan terjun dalam tindak kekerasan dengan istilah lain tawuran. Melalui konseling kelompok dengan teknik *self management* ini peserta didik mampu mengelola pikiran, perasaan, dan tingkah laku yang ingin dicapainya, serta mampu menghasilkan keterampilan belajar yang baru dan dapat menghilangkan perilaku yang buruk seperti membolos.

D. Penelitian Relevan

Berdasarkan telaah pustaka dan kajian penulis ditemukan penelitian yang relevan dengan penelitian penulis yaitu :

1. Penelitian yang pertama telah dilakukan oleh peneliti yang bernama Aris Handoko 2013 dengan judul *Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Behavior Dengan Teknik Self Management Pada Siswa Kelas X Tkj SMK Bina Nusantara Unggaran Tahun Ajaran 2012/2013*. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis secara kritis tentang usaha peneliti mengurangi perilaku membolos siswa. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa 1) adanya faktor ekstrinsik dan intrinsik seperti ajakan teman untuk membolos dan pikiran irasional siswa yang merasa dirinya tidak diterima lingkungannya. 2) bentuk perilaku membolos siswa berupa sering keluar saat jam pelajaran karena malas belajar, tidak masuk sekolah berselang-selang hari dengan bermain game. 3) alternative penanganan yang dilakukan dalam mengatasi

perilaku membolos antara lain menggunakan pendekatan behavior melalui teknik *self management*.³⁸

2. Penelitian yang kedua telah dilakukan oleh peneliti yang bernama Heni Febriani 2017 dengan judul *Efektifitas Layanan Konseling Behavior dengan Teknik Self Management dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 13 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penyebab perilaku membolos pada peserta didik, mengetahui penerapan efektifitas konseling *behavioral* dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 13 Bandar Lampung. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata perilaku membolos peserta didik setelah dilaksanakan layanan konseling kelompok pendekatan *behavioral* dengan teknik *self management* menjadi lebih baik dan kriteria tinggi menjadi rendah.³⁹
3. Penelitian yang ketiga telah dilakukan oleh peneliti yang bernama Amaliah Hamzah Fariat 2018 dengan judul *Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Siswa Membolos di SMPN 29 Banjarmasin Tahun Ajaran 2017/2018*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *self*

³⁸Aris Handoko, *Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Konseling Behavior Dengan Teknik Self Management Pada Siswa X TKJ SMK Bina Nusantara Unggaran*,(online), skripsi : Universitas Negeri Semarang, tersedia: <http://www.google.com/ur?sa=1&rct=s&source=web&cd=9&ved=0ahUKEwiCI66w6sjQAhXE48KHdiOB70QMAg&url=http%3A%2F%2Flib.unnes.ac.id%2F17814%2F1301407016.pdf&usg=AFQjCNFIBBMi4Q7SeCqvdlwM3f9Zf5MA>, [diakses pada : 26 Maret 2018 jam 08.44 WIB].

³⁹Heni Febriani, *Efektifitas Konseling Behaviour dengan Teknik Self Management dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 13 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017* (online), tersedia di <http://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/1543>, [diakses pada : 6 Februari 2019 pukul 02.07 WIB]

management dapat mengurangi perilaku membolos. Hasil penelitian ini adalah layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dapat mengurangi perilaku siswa membolos di SMPN 29 Banjarmasin.⁴⁰

4. Penelitian yang keempat telah dilakukan oleh Ana Malichah 2016 dengan judul *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Behavior Contract Terhadap Pengurangan Perilaku Membolos Siswa Kelas XII SMK Negeri 4 Semarang Tahun Ajaran 2016/2017*. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi empiris mengenai pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* terhadap pengurangan perilaku membolos siswa kelas XII SMK Negeri 4 Semarang. Hasil penelitian ini adalah sebelum diberikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* siswa memiliki perilaku membolos yang tinggi sebesar 65% dan setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* siswa memiliki perilaku membolos yang berada pada kategori cukup dengan persentase sebesar 48%. Pengurangan perilaku membolos siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* sebesar 17%, artinya terdapat pengaruh positif perilaku membolos siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract*.⁴¹
5. Penelitian yang kelima telah dilakukan oleh Revani Yant Eryana 2009 dengan judul *Mengurangi Perilaku Membolos Siswa dengan Menerapkan Konseling Behavior Melalui Teknik Pengondisian Operan (Studi Kasus Pada Beberapa Siswa Kelas VIII C di SMP Negeri 5 Kotabumi Tahun Pelajaran 2009/2010)*. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk

⁴⁰ Amaliyah Hamzah Fariat, *Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Siswa Membolos di SMPN 29 Banjarmasin Tahun Ajaran 2017/2018* (online), tersedia di <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR>, [diakses pada : 17 Febuari 2019 pukul 19.01 WIB].

⁴¹ Ana Malichah, *pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Behavior Contract Terhadap Pengurangan Perilaku Membolos Siswa kelas XII SMK Negeri 4 Semarang Tahun Ajaran 2016/2017* (online), tersedia di <https://lib.unnes.ac.id/28856> [diakses pada : 1 April 2019 pukul 05.57 WIB].

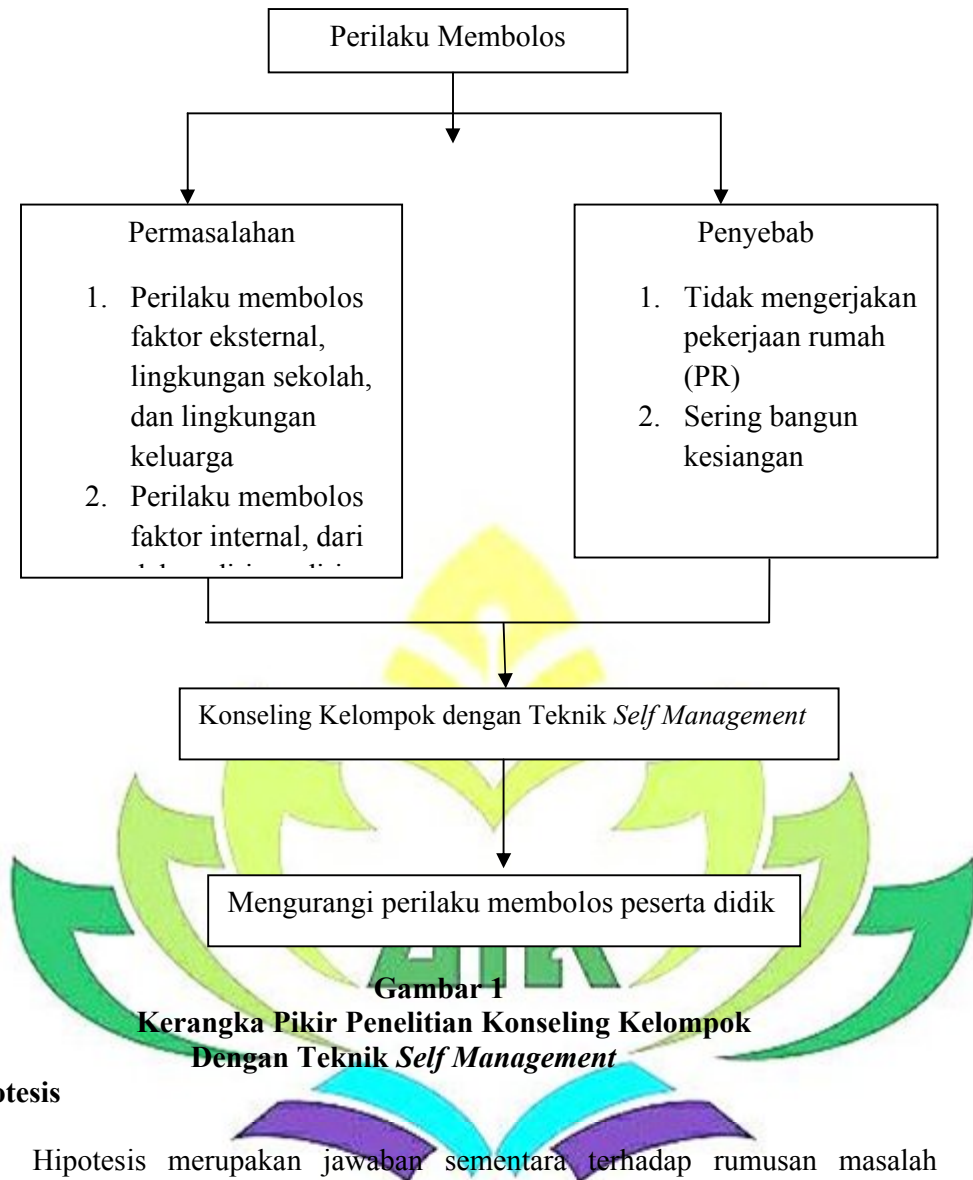
mendesripsikan dan menganalisis secara kritis tentang usaha peneliti dalam mengurangi perilaku me mbolos siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 1) Perilaku membolos siswa sebelum dilakukan konseling behavior dengan teknik pengondisian operan menunjukkan frekuensi dan durasi membolos yang tinggi, dengan bentuk perilaku membolos seperti tidak masuk sekolah tanpa izin, dan meninggalkan pelajaran tertentu. 2) Perilaku membolos ketiga klien setelah dilakukan konseling behavior dengan teknik pengondisian operan secara umum menunjukkan penurunan frekuensi dan durasi disetiap indikator bentuk perilaku membolos.⁴²

E. Kerangka Berfikir

Menurut Sugiyono "Kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan".⁴³ Kerangka pemikiran dalam teknik ini bahwa teknik *self management* dapat mengurangi perilaku membolos pada peserta didik, karena penggunaan teknik *self management* dapat membantu peserta didik untuk lebih pandai mengelola dirinya sendiri. Berikut akan digambarkan alur kerangka berfikir penelitian ini :

⁴² Revani Yant Eryana, *Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Dengan Menerapkan Konseling Behavior Melalui Teknik Pengondisian Operan (Studi Kasus Pada Beberapa Siswa Kelas VIII C di SMP Negeri 5 Kotabumi Tahun Pelajaran 2009/2010)*, tersedia di <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/902> [diakses pada : 3 Mei 2019 pukul 10.08 WIB].

⁴³ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017) h.61



F. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum berdasarkan pada fakta-fakta empiris

yang diperoleh dari pengumpulan data.⁴⁴ Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

H_0 : Konseling kelompok melalui teknik *self management* sangat efektif dalam mengatasi perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020

H_a : Konseling kelompok melalui teknik *self management* tidak efektif dalam mengatasi perilaku membolos peserta didik Kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020

Sedangkan hipotesis statistik sebagai berikut :

H_0 : $\mu_1 = \mu_0$

H_a : $\mu_1 \neq \mu_0$

μ_1 : Konseling kelompok melalui teknik *self management* sangat efektif dalam mengatasi perilaku membolos

μ_0 : Konseling kelompok melalui teknik *self management* tidak efektif dalam mengatasi perilaku membolos

Untuk pengujian hipotesis, peneliti menggunakan uji statistik dengan uji statistik *Wilcoxon* ω . Tolak H_0 , jika $\omega < \omega_{kritis}$ dan Terima H_0 , jika $\omega > \omega_{kritis}$

⁴⁴*Ibid*, h.96

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

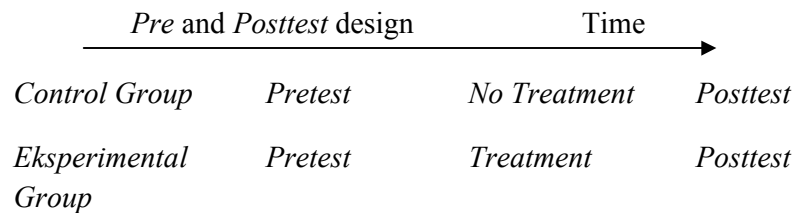
Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif, dalam penelitian ini banyak menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Demikian juga dalam penelitian ini tetap menggunakan kesimpulan penelitian menjadi lebih baik apabila diikuti dengan table, grafik, bagan, atau tampilan lainnya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Experimental Design*. Desain ini mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya atau mengontrol variabel-variabel luar yang dapat mempengaruhi eksperimen. Pada eksperimen *quasi* tidak dilakukan dengan teknik *random* melainkan mengelompokkan berdasarkan kelompok yang terbentuk sebelumnya.⁴⁵

B. Desain Penelitian

Desain eksperimen *quasi* yang digunakan adalah *non-equivalent control group design*, yaitu jenis desain yang biasanya dipakai pada eksperimen yang menggunakan kelas-kelas yang sudah ada sebagai kelompoknya, dengan memilih j =kelas-kelas yang diperkirakan sama keadaan atau kondisinya. Dua kelompok (kontrol dan eksperimen) diberi *pre-test*, kemudian diberi perlakuan (*treatment*) berupa teknik *self management* untuk mengurangi perilaku membolos pada

⁴⁵Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017) h.114

kelompok eksperimen sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan dan selanjutnya diberikan *posttest*. Adapun skema desain penelitian sebagai berikut :



Gambar 2 : *Quasi-eksperiment pretest and posttest design*

Keterangan :

- Control Group* : kelompok kontrol
- Eksperimental Group* : kelompok eksperimen
- No Treatment* : tanpa perlakuan
- Treatment* : pemberian perlakuan

Berikut gambaran secara singkat tahapan yang akan penulis laksanakan dalam penelitian ini.

a) Tahap 1

Mencari subjek penelitian yang sering melakukan perilaku membolos dengan menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi (berupa buku catatan kasus guru BK)

b) Tahap 2

Dilakukan pengukuran (*Pre-test*) dengan menggunakan pedoman angket membolos yang diberikan kepada peserta didik yang sering melakukan perilaku membolos di SMP Negeri 6 Bandar Lampung.

c) Tahap 3

Kemudian diberikan perlakuan (treatment) dalam jangka waktu tertentu dengan menggunakan teknik *self management* pada kelompok eksperimen dan kelompok control untuk mengurangi perilaku membolos.

Berikut tahapan-tahapan pengelolaan diri (*self management*) secara singkat:

1. Tahap monitor diri atau observasi diri yaitu konseli dengan sengaja menilai tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti.
2. Tahap Evaluasi Diri yaitu konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang dibuat oleh konseli.
3. Tahap Pemberian Penguatan, Penghapusan atau Hukuman yaitu konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus dan memberikan hukuman pada diri sendiri.

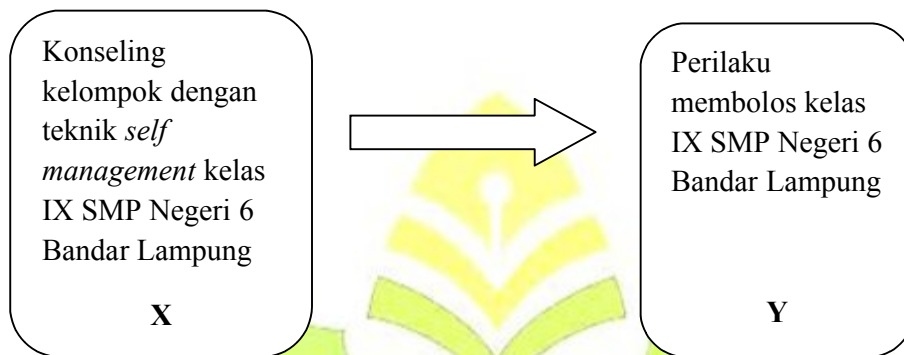
d) Tahap 4

Setelah itu dilakukan pengukuran (*Post-test*) dengan menggunakan pedoman angket pada peserta didik untuk mengukur pengaruh dari *treatment* dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik.

C. Variabel Penelitian

Variabel adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁴⁶

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel independen (X) dan variabel dependen (Y).



Gambar 3
Variabel Penelitian

D. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisikan sejumlah indikator yang dapat diukur dan diamati untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan. Definisi operasional dibuat untuk mempermudah pemahaman dan pengukuran setiap variabel yang ada didalam penelitian. Adapun definisi operasional dari penelitian ini adalah :

⁴⁶Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017) h.61

Tabel 3
Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Hasil Ukur	Alat Ukur	Skala Ukur
1	Variabel bebas (X) adalah konseling kelompok dengan teknik <i>self management</i>	Layanan konseling kelompok dengan teknik <i>self management</i> adalah proses dimana konselor terlibat dalam suatu hubungan dengan sejumlah konseli dalam waktu yang sama yang bertujuan untuk membantu peserta didik memecahkan permasalahan membolos peserta didik yaitu perilaku membolos peserta didik secara internal maupun secara eksternal, yaitu: (1) peserta didik takut akan kegagalan	a. <i>self monitorin</i> g b. <i>self reward</i> c. <i>stimulus - control</i>	-	observasi	interval

		<p>dan (2) peserta didik merasa ditolak dan tidak disukai di dalam lingkungannya</p> <p>a. Dan yang menjadi penyebab dalam lingkungan yaitu: keluarga tidak mengetahui dan tidak memotivasi pentingnya pentingnya sekolah dan masyarakat beranggapan bahwa sekolah tidak penting</p>				
2	Variabel terikat (Y) adalah perilaku membolos	<p>Perilaku membolos merupakan suatu tindakan atau perilaku peserta didik yang tidak masuk sekolah dengan alasan yang tidak jelas atau bisa diartikan perilaku peserta didik pergi meninggalkan sekolah atau kelas</p>	<p>Indikator perilaku membolos dapat dilihat dari beberapa aspek berikut ini :</p> <p>(1) dalam sekolah,</p> <p>(2) dalam lingkungan</p>	<p>Skala penilaian perilaku membolos dengan kategori :</p> <p>a. sangat tinggi</p> <p>b. tinggi</p> <p>c. rendah</p> <p>d.</p>	<p>Angket perilaku membolos berjumlah 20 item pernyataan dengan 4 kriteria yaitu (sangat sering), (sering), (kadang-kadang), (tidak pernah)</p>	

		tanpa adanya izin dari guru atau pihak sekolah		sangat rendah		
--	--	--	--	---------------	--	--

E. Populasi, Sampel, Teknik Sampling

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁴⁷ Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung tahun ajaran 2019/2020 terdapat 320 peserta didik di dalamnya.

Tabel 4
Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik
1	IX G	30
2	IX J	30
	Jumlah	60

Keterangan populasi pada table diatas yakni kelas IX hanya diambil kelas IX G dan IX J, dengan jumlah peserta didik yang sama didalamnya yaitu 30 peserta didik, sehingga peneliti nantinya membuat kelas IX G sebagai kelompok eksperimen dan kelas IX J sebagai kelompok kontrol. Pemilihan kelas tersebut didasarkan pada musyawarah dengan guru BK kelas IX dan Wali kelas.

⁴⁷*Ibid*, h. 117

2. Sampel dan Teknik Sampling

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.⁴⁸ Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sample. Untuk menentukan sample yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan.⁴⁹ Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* (penentuan sampel dengan berdasarkan pertimbangan tertentu). Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas IX SMP Negeri 6 Bandar Lampung tahun ajaran 2019/2020 yang terindikasi melakukan perilaku membolos.

Penulis menjadikan kelas IX G sebagai kelompok eksperimen berdasarkan pertimbangan, diantaranya selain rekomendasi guru BK kelas IX, jumlah peserta didik kelas IX G yang terindikasi sering melakukan perilaku membolos lebih banyak dibandingkan kelas IX J, kemudian pada saat penulis melaksanakan tugas praktek pengalaman lapangan (PPL) peserta didik kelas IX G dengan sukarela dan sendirinya datang dan menceritakan apa yang dirasakan ketika melakukan perilaku membolos kepada penulis, sedangkan untuk kelas IX J, penulis mendapatkan informasi dari wali kelasnya yang disampaikan kepada guru BK kelas IX, maka untuk kelas IX J penulis menetapkan sebagai kelas kontrol.

⁴⁸*Ibid*, h.118

⁴⁹*Ibid*, h.119

Tabel 5
Sampel Penelitian

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik	Keterangan
1	IX G	6	Kelompok Eksperimen
2	IX J	6	Kelompok Kontrol
Jumlah		12	

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam suatu penelitian merupakan hal penting untuk mendapatkan informasi yang diperlukan untuk menyelesaikan permasalahan yang diperlukan. Adapun metode pengumpulan data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode-metode sebagai berikut

1. Wawancara (Inteview)

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah responden nya sedikit/kecil.⁵⁰

Dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara bebas atau tidak terstruktur yaitu untuk memperoleh informasi dari Guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 6 Bandar Lampung.

2. Kuesioner (Angket)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada

⁵⁰Sugiyono, *Ibid*, h. 194

responden untuk dijawabnya.⁵¹ Pada penelitian ini penulis mengadopsi angket dari penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh Heni Febriani mahasiswi UIN Raden Intan Lampung Angkatan 2014. Instrumen ini terdiri dari 20 pertanyaan dan digolongkan kedalam lima perilaku membolos antara lain : sangat sering, sering, kadang-kadang, pernah, tidak pernah. Responden memilih satu dari lima alternatif jawaban yang sudah tertera dalam kuesioner dengan menggunakan Skala Likert dimana digunakan skorsing atau nilai jawaban.

Skala Likert yang akan dibagikan kepada peserta didik berisikan pernyataan yang mendukung sikap (*favorable*) dan pernyataan yang tidak mendukung sikap (*unfavorable*) yaitu dari 1 sampai 5, adanya penggunaan skala 1 sampai 5 untuk setiap jawaban selanjutnya dibagi kedalam empat kategori yaitu : Sangat Sering (SS), Sering (S), Kadang-Kadang (KK), Pernah (P) dan Tidak Pernah (TP) yang masing-masing diberi skor 1 (SS), 2 (S), 3 (KK), 4 (P), 5 (TP) yaitu untuk pernyataan tidak mendukung (*unfavorable*) dan 5 (SS), 4 (S), 3 (KK), 2 (P), 1 (TP) yaitu untuk pernyataan yang mendukung (*favorable*). Setelah skor diperoleh lalu diberi rata-rata skor per responden. Data responden secara individu didistribusikan berdasarkan kriteria tertentu, sehingga dapat dideskripsikan distribusi jawabannya.

⁵¹Sugiyono, *Ibid*, h. 199

Menurut Eko dalam aturan pemberian skor dan klarifikasi hasil penilaian adalah sebagai berikut :

- a. Skor pernyataan negatif kebalikan dari pernyataan yang positif;
- b. Jumlah skor tertinggi ideal = jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan;
- c. Skor akhir = (jumlah skor yang diperoleh : skor tertinggi ideal) x jumlah kelas interval;
- d. Jumlah kelas interval = skala hasil penilaian. Artinya jika penilaian menggunakan skala 4, hasil penilaian diklarifikasikan menjadi 4 kelas interval dan;
- e. Penentuan jarak interval (Ji) diperoleh dengan rumus :

$$Ji = (t - r) / Jk$$

Keterangan :

t = skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

Jk = jumlah kelas interval⁵²

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat, maka interval kriteria dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut :

- a. Skor tertinggi : $5 \times 20 = 100$
- b. Skor terendah : $1 \times 20 = 20$
- c. Rentang : $100 - 20 = 80$
- d. Jarak interval : $80 : 4 = 20$

⁵²Eko Putro Widoyoko, *Penilaian Hasil Pembelajaran di Sekolah*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2004) h. 144

Tabel 6
Kriteria Perilaku Membolos

Interval	Kriteria	Deskriptif
81-100	Sangat Tinggi	Peserta didik yang masuk dalam kategori tinggi telah menunjukkan perilaku membolos yang ditandai dengan : (a) selalu mengajak teman-temannya untuk membolos, (b) dalam seminggu 4-5 kali tidak masuk sekolah, (c) sering meminta izin keluar kelas, (d) tidak mengirim surat izin jika tidak masuk sekolah, (e) sering berkumpul dan bergerombol di kamar mandi
61– 80	Tinggi	Peserta didik yang masuk dalam kategori tinggi telah menunjukkan namun belum sepenuhnya terus menerus dilakukan yang ditandai dengan : peserta didik melakukan perilaku membolos yang terlalu sering
41– 60	Rendah	Peserta didik yang masuk dalam kategori rendah belum menunjukkan kemampuan perilaku membolos secara optimal yang ditandai dengan : peserta didik tidak melakukan perilaku membolos di sekolah
20 – 40	Sangat Rendah	Peserta didik yang masuk dalam kategori rendah belum menunjukkkan kemampuan dan kesadaran terhadap perilaku membolos, yang ditandai dengan : peserta didik mengalami penurunan dalam melakukan perilaku membolos

3. Observasi

Menurut Sutrisno Hadi yang dikutip oleh Sugiyono observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis, dan psikologis. Dua diantaranya yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan.⁵³ Dari segi proses pelaksanaan pengumpulan data observasi dapat dibedakan menjadi *participant observation* (observasi berperan serta) dan *non participant observation* (observasi tidak berperan serta). Selanjutnya dari segi instrumentasi yang digunakan, maka observasi dapat dibedakan menjadi observasi terstruktur dan tidak terstruktur.⁵⁴

Peneliti melakukan pengumpulan data dari lapangan dengan mengamati diantaranya adalah kondisi lingkungan SMP Negeri 6 Bandar Lampung, keadaan perilaku membolos peserta didik, serta layanan bimbingan dan konseling yang sedang berjalan. Mengikuti kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan seperti layanan konseling, mencatat secara rinci, memotret segala sesuatu yang berkaitan dengan layanan konseling, khususnya pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengatasi perilaku membolos pada peserta didik.

4. Dokumentasi

Menurut Sugiyono, teknik dokumentasi ialah tehnik pengumpulan data dengan mempelajari catatan-catatan mengenai pribadi responden seperti buku-buku, dokumen, catatan harian, dan lain sebagainya.⁵⁵

⁵³Sugiyono, *Ibid*, h. 203

⁵⁴Sugiyono, *Ibid*, h. 204

⁵⁵Sugiyono, *Ibid*, h. 201

Berdasarkan keterangan tersebut dapat dipahami bahwa teknik dokumentasi adalah suatu cara didalam pengumpulan data-data yang diperlukan dengan melalui catatan tertulis. Teknik dokumentasi ini digunakan untuk memperoleh data tentang sejarah berdiri, struktur organisasi, jumlah pendidik, dan jumlah komponen-komponen dalam pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self management* di SMP Negeri 6 Bandar Lampung.

F. Pengembangan Instrumen Penelitian

Data yang akan diungkap dalam penelitian ini, yaitu perilaku membolos peserta didik. Oleh karena itu instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket (*kuesioner*). Berdasarkan angket (*kuesioner*) untuk mengungkap gambaran perilaku membolos secara fisik dan secara verbal. Angket (*kuesioner*) yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan bentuk *checklist* (✓).

Dasar teori pengembangan instrumen ditinjau dari pengertian dan indikator perilaku membolos. Dalam definisi membolos, menurut Dorothy Kater MS menyatakan bahwa “penyebab peserta didik membolos ada dua, yaitu sebab dalam diri sendiri dan lingkungan. Adapun kisi-kisi instrument tersebut adalah sebagai berikut :

Tabel 7
Kisi-Kisi Instrument Penelitian Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas IX
Di SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020

No	Variabel	Indikator	Deskriptor	No Item
1	Perilaku Membolos	a. Dalam Lingkungan Sekolah	1. Saya selalu rajin masuk sekolah 2. Saya aktif dalam kegiatan belajar mengajar 3. Guru pembimbing memperkenalkan disiplin di sekolah 4. Saya membolos disaat jam pelajaran 5. Ketika terlambat masuk sekolah guru member sanksi sebagai hukuman 6. Saya datang ke sekolah tepat waktu 7. Saya merasa bosan dengan proses belajar mengajar yang ada sehingga saya sengaja selalu izin keluar ke kamar mandi 8. Saya membolos karena ikut-ikutan teman 9. Saya tidak masuk kelas saat jam pelajaran berlangsung 10. Saya tidak masuk kelas saat jam pelajaran berlangsung karena tidak suka dengan guru mata pelajaran.	1,2,4,5, 6,9,10,12, 16,19



2		b. Dalam Lingkungan Keluarga	<p>1. orang tua tidak mendukung sepenuhnya terhadap cita-cita saya karena itu saya malas untuk pergi ke sekolah</p> <p>2. Saya mendapat panggilan untuk melunasi kewajiban administrasi sekolah membuat saya takut untuk pergi ke sekolah</p> <p>3. Saya terlambat karena bangun kesiangn</p> <p>4. Saya mematuhi perintah orang tua</p> <p>5. Saya rajin untuk menabung sisa uang jajan di sekolah</p> <p>6. Saya berfoya-foya ketika makan dikantin karena tidak pernah makan dirumah</p> <p>7. Saya bermain game ketika pulang sekolah</p> <p>8. Saya mempunyai cita-cita yang selalu didukung oleh orang tua, membuat saya semangat untuk masuk sekolah</p> <p>9. Saya pulang sekolah selalu membantu orang tua untuk bekerja</p> <p>10. saya merasa nyaman menjadi diri sendiri</p>	3,7,8,13,14,15,75,18,20
---	--	------------------------------	--	-------------------------

G. Pengujian Instrumen Penelitian

Instrument merupakan alat untuk mengukur, mengobservasi, atau dokumentasi yang dapat menghasilkan data kuantitatif.⁵⁶

1. Uji Validitas

Validitas adalah alat ukur yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Menurut Sugiyono, valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Untuk mengetahui kevalidan instrument dalam penelitian ini.

Instrument yang valid adalah instrument yang mampu mengukur apa yang seharusnya diukur.⁵⁷ Uji validitas yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan rumus *korelasi product moment* dengan rumus :

$$r = \frac{\sum (X - \bar{X})(Y - \bar{Y})}{\sqrt{[\sum (X - \bar{X})^2][\sum (Y - \bar{Y})^2]}}$$

Keterangan :

r = Koefisien validitas item yang dicari

X = Skor responden untuk tipe item

Y = Total skor tiap responden dari seluruh item

$\sum X$ = Jumlah skor dalam distribusi X

$\sum Y$ = Jumlah skor dalam distribusi Y

$\sum X^2$ = Jumlah kuadrat masing-masing skor X

$\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat masing-masing skor Y

N = Jumlah subjek

⁵⁶Sugiyono, *Ibid*, h. 147

⁵⁷Sugiyono, *Ibid*, h.172

2. Uji Realibilitas

Intrumen yang realibel adalah intrumen yang bila digunakan beberapa kali akan menghasilkan data yang konsisten sama.⁵⁸

Sebelum angket diujikan kepada responden, angket diujikan terlebih dahulu kepada populasi diluar sample untuk mengetahui tingkat realibilitasnya dengan menggunakan rumus *alpha* sebagai berikut

$$r_{11} = 1 - \frac{\sum \sigma^2}{\sigma^2_t}$$

Keterangan :

r_{11} = Reliabilitas instrument

K = Banyaknya butir pertanyaan

\sum^2 = Jumlah varians butir

σ^2_t = Varian total⁵⁹

H. Teknik dan Pengolahan Analisis Data

Analisis dat hasil penelitian dilakukan melalui 2 tahap utama yaitu pengolahan data dan analisis data

1. Teknik Pengolahan Data

a. Editing

Editing adalah pengecekan atau pengoreksian data yang telah dikumpulkan karena kemungkinan data yang masuk (*raw data*) atau data terkumpul itu tidak logis dan meragukan. Tujuan *editing* adalah untuk menghilangkan kesalahan-kesalahan yang terdapat

⁵⁸Sugiyono, *Ibid*, h.173

⁵⁹Arikunto, Suharsimi, *Edisi Revisi Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2006) h.108

pada pencatatan di lapangan dan bersifat koreksi. Pada kesempatan ini kekurangan data atau kesalahan data dapat dilengkapi atau diperbaiki baik dengan pengumpulan data ulang ataupun dengan interpolasi (penyisipan).

b. Coding

Coding adalah pemberian/pembuatan kode-kode pada tiap-tiap data yang termasuk dalam kategori yang sama. Kode adalah isyarat yang dibuat dalam bentuk angka-angka/huruf-huruf yang memberikan petunjuk atau identitas pada suatu informasi atau data yang akan dianalisis.

c. Processing

Pada tahap ini data yang terisi secara lengkap dan telah melewati proses pengkodean maka akan dilakukan pemrosesan data dengan memasukkan data dari seluruh skala yang terkumpul kedalam program *SPSS*.

d. Cleaning

Cleaning merupakan pengolahan kembali data yang sudah di entri apakah ada kesalahan atau tidak.⁶⁰

2. Analisis Data

Menurut Arikunto yang dikutip oleh Sugiyono, mengemukakan reliabilitas adalah kemampuan alat pengumpul data sehingga akan diajukan uji coba tes instrument yang reliabel adalah instrument yang bila digunakan beberapa kali

⁶⁰Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, h.85

akan menghasilkan data yang konsisten sama.⁶¹ Pengujian ini akan menggunakan bantuan program *SPSS*.

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan analisis data maka akan membuktikan hipotesis dan menarik kesimpulan tentang masalah yang akan diteliti. Penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan tersebut. Untuk mengetahui seberapa besar perbedaan perilaku membolos sebelum dan sesudah pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* menggunakan menggunakan analisis Non-Parametris dengan menggunakan *uji wilcoxon signed rank test*, *wilcoxon* merupakan pengujian yang digunakan untuk mengetahui perbedaan antara dua sampel bergantung atau berhubungan (korelasi) dan digunakan sebagai alternative pengganti *uji paired sample T test* apabila tidak berdistribusi normal. Jika pada uji tanda hanya memperhatikan arah perbedaan dalam pasangan, maka *Uji Wilcoxon* disamping memperhatikan arah perbedaan, juga menentukan besarnya atau adanya perbedaan nyata antara data pasangan yang diambil dari satu sampel yang berhubungan.

Rumusny adalah sebagai berikut :

$$Z = \frac{\left[\frac{(\quad)}{(\quad)} \right]}{\frac{(\quad)(\quad)}{(\quad)}}$$

⁶¹*Ibid*, h. 205

Keterangan :

N = banyak data yang berubah setelah diberi perlakuan berbeda

T = jumlah renking dari nilai selisih yang negative (apabila banyaknya selisih yang positif lebih banyak dari banyaknya selisish negatif)

= jumlah ranking dari nilai selisih yang positif (apabila banyaknya selisih yang negative > banyaknya selisih yang positif)

Adapun rosedur manual *Uji Wilcoxon* sebagai berikut :

- 1) Merumuskan hipotesis statistik,
- 2) Menetapkan nilai kritis,
- 3) Menentukan statistik *Wilcoxon* (ω) dengan langkah – langkah :
 - a) Menentukan besar dan tanda selisih,
 - b) Menentukan rank selisih tanpa memperhatikan tandanya, rank terkecil diberi angka 1 dan yang lebih besar diberi angka 2 dan seterusnya,
 - c) Memisahkan semua angka positif dan kemudian angka negatif. Nilai yang lebih kecil dari K1 dan K2 dinamakan nilai statistik (ω) yang akan menjadi dasar dalam *Uji Wilcoxon*.
 - d) Menentukan *Effect size* :

$$= \frac{4 (\omega) - 2 (1 + 2)}{(+ 1)}$$

- e) Membuat kesimpulan

Jika statistik $\omega \leq \omega_{\text{kritis}}$, maka tolak H_0 dan jika $\omega > \omega_{\text{kritis}}$ terima H_0 ⁶²

⁶²Dr.Kadir, *Statistika Terapan* (Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2018).

Penelitian ini menggunakan analisis kuantitatif dan sesuai dengan hipotesis yang diajukan peneliti maka data yang akan diperoleh akan dianalisis dan diolah dengan program bantuan *SPSS*.

I. Deskripsikan Langkah-Langkah Pemberian Treatment

Treatment yang akan dilakukan dalam penelitian ini yaitu layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Pemberian treatment dilakukan sebanyak 6 (enam) kali pertemuan sudah termasuk *pretest* dan *posttest*. Akan lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 8
Langkah-Langkah Pemberian Treatment

No	Tahapan	Kegiatan
1	<i>Assessment</i>	
	a. mempersilahkan peserta didik menceritakan permasalahannya	Dalam hal ini permasalahan yang akan dibahas adalah permasalahan peserta didik yang melakukan perilaku membolos
	b. mengidentifikasi perilaku yang bermasalah	Perilaku yang bermasalah sudah ditemukan sebelumnya pada tahap <i>pre-test</i> yaitu perilaku membolos
	c. mengklarifikasi perilaku yang bermasalah	Mengklarifikasi apakah hasil wawancara yang didapatkan sesuai dengan keadaan peserta didik yang sesungguhnya
	d. mengidentifikasi peristiwa yang mengawali dan menyertai perilaku bermasalah	Mengidentifikasi, hal apa yang menjadi alasan peserta didik melakukan perilaku membolos
	e. mengidentifikasi intensitas perilaku bermasalah	Mengidentifikasi berapa kali peserta didik melakukan perilaku membolos

	f. mengidentifikasi perasaan peserta didik saat menceritakan perilaku bermasalah	Menanyakan perasaan peserta didik pada saat menceritakan permasalahan tentang perilaku membolosnya
	g. merangkum pembicaraan peserta didik	-
	h. menentukan inti masalah	Menemukan inti masalah mengapa peserta didik melakukan perilaku membolos
	i. mengidentifikasi hal-hal yang menarik dalam kehidupan peserta didik	Memberikan gambaran tentang manfaat berperilaku disiplin dan tidak membolos
	j. memberikan motivasi kepada peserta didik	Memberikan motivasi kepada peserta didik untuk merubah kebiasaan membolosnya
2	Goal Setting	
	a. menentukan tujuan konseling	Tujuan dalam hal ini adalah mengatasi perilaku membolos. Dalam hal ini adalah teratasinya perilaku membolos yang dilakukan peserta didik
	b. mempertegas tujuan yang ingin dicapai	Mempertegas bahwa tujuan dalam konseling ini adalah untuk teratasinya perilaku membolos yang dilakukan peserta didik
	c. meyakinkan peserta didik bahwa praktikan ingin membantu konseli dalam mencapai tujuan konseling	Menerangkan bahwa praktikan ingin membantu peserta didik untuk mengatasi perilaku membolosnya
	d. membantu peserta didik memandang masalahnya dengan memperhatikan hambatan yang dihadapi untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai	Membantu peserta didik dalam memandang perilakunya serta membantu peserta didik dalam menemukan dan mengatasi hambatan yang dihadapinya dalam mencapai tujuan konseling

	e. merinci tujuan menjadi sub tujuan yang berurutan dan operasional	Sub tujuan : a. Mengurangi perilaku membolos peserta didik b. Menghilangkan sama sekali perilaku membolos peserta didik
3	Teknik Implementasi	
	a. menentukan teknik konseling	Menentukan teknik konseling yang akan digunakan dalam mengurangi perilaku membolos yaitu menggunakan teknik <i>self management</i>
	b. menyusun prosedur perlakuan sesuai dengan teknik yang diterapkan	Prosedur perlakuan teknik : 1. Mengajarkan kepada konseli bagaimana mengisi lembar <i>self management</i> 2. Meminta peserta didik untuk mengisi lembar <i>self management</i> , sesuai dengan apa yang menjadi tujuan konseling 3. Meminta peserta didik untuk melakukan apa yang telah ia tulis dalam lembar <i>self management</i>
	c. melaksanakan prosedur perlakuan sesuai dengan teknik yang diterapkan	Melakukan prosedur <i>self management</i> sesuai dengan apa yang telah direncanakan sebelumnya
4	Evaluasi Terminasi	
	a. menanyakan dan mengevaluasi apa yang akan dilakukan peserta didik setelah diberikan treatment	Menanyakan kepada peserta didik bagaimana perasaan peserta didik setelah mendapatkan treatment serta menanyakan rencana atau tindakan yang akan dilakukan

	b. membantu peserta didik mentransfer apa yang dipelajari kedalam tingkah laku peserta didik	Meminta peserta didik untuk benar-benar melakukan apa yang ia tulis dalam lembar <i>self management</i> , agar tujuan konseling ini benar-benar dapat tercapai
	c. mengeksplorasi kemungkinan kebutuhan konseling tambahan	Membuat kesepakatan dengan konseli untuk mengadakan konseling lanjutan
	d. menyimpulkan apa yang telah dilakukan dan dikatakan peserta didik	Menyimpulkan tentang apa yang telah didapatkan selama proses konseling, mulai dari tujuan sampai dengan hasil konseling
	e. membahas tugas-tugas yang harus dilakukan pada pertemuan selanjutnya	Memberikan tugas kepada konseli untuk tetap tugas dalam lembar <i>self management</i> dan melaporkan perubahan yang terjadi
	f. mengakhiri proses konseling	Mengakhiri proses konseling
	g. <i>posttest</i>	Untuk mengetahui dan mengukur perkembangan peserta didik setelah diberikan perakuan atau treatment.

Adapun langkah-langkah sebagai berikut :

1. Langkah Persiapan

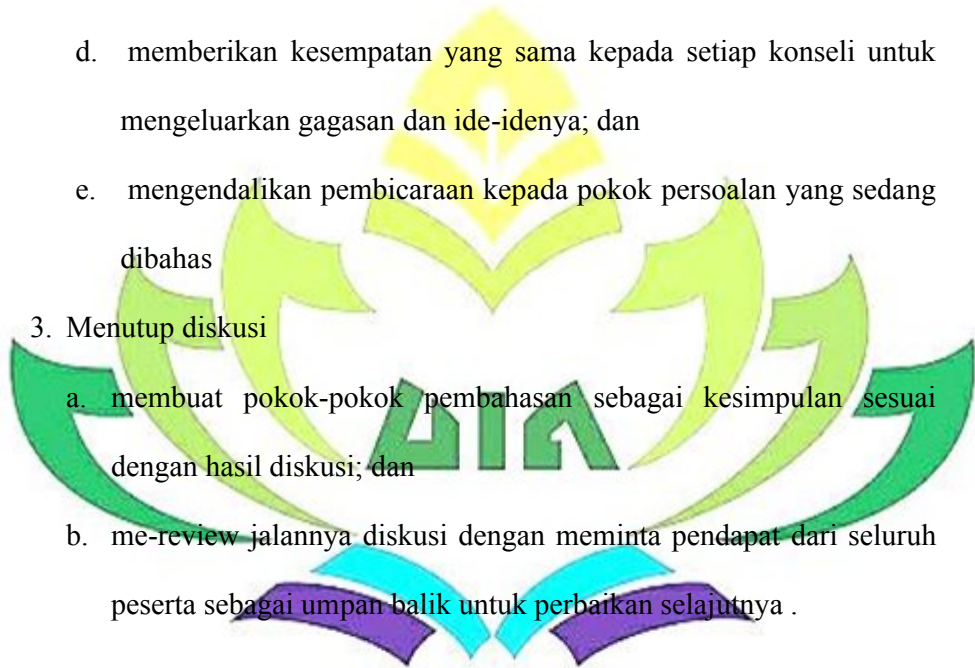
- a. merumuskan tujuan yang ingin dicapai, baik tujuan yang bersifat umum maupun khusus ;
- b. menemukan jenis diskusi yang dapat dilaksanakan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai ;
- c. menetapkan tujuan yang akan dibahas; dan
- d. mempersiapkan segala sesuatu yang berhubungan dengan teknik pelaksanaan diskusi, misalnya ruang kelas.

2. Pelaksanaan Diskusi

- a. memeriksa segala persiapan yang dianggap dapat mempengaruhi kelancaran diskusi;
- b. memberikan pengarahan sebelum dilaksanakan diskusi, misalnya menyajikan tujuan yang ingin dicapai serta aturan-aturan diskusi sesuai dengan jenis diskusi yang dilaksanakan;
- c. melaksanakan diskusi sesuai dengan aturan main yang telah ditetapkan
- d. memberikan kesempatan yang sama kepada setiap konseli untuk mengeluarkan gagasan dan ide-idenya; dan
- e. mengendalikan pembicaraan kepada pokok persoalan yang sedang dibahas

3. Menutup diskusi

- a. membuat pokok-pokok pembahasan sebagai kesimpulan sesuai dengan hasil diskusi; dan
- b. me-review jalannya diskusi dengan meminta pendapat dari seluruh peserta sebagai umpan balik untuk perbaikan selanjutnya .



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Perilaku Membolos

Penelitian dengan judul "Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020" telah dilaksanakan pada bulan Juli- Agustus tahun 2019. Penelitian ini dilaksanakan bertujuan untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung. Dalam menangani permasalahan ini penulis menggunakan konseling kelompok dengan teknik *self management*.

Sebelum melakukan penelitian penulis melakukan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 6 Bandar Lampung, guna untuk mengetahui apakah peserta didik di SMP Negeri 6 Bandar Lampung sering melakukan perilaku membolos. Setelah itu, penulis melakukan *pretest* atau menyebar instrument penelitian berupa angket perilaku membolos kepada peserta didik yang berjumlah 20 item. Pelaksanaan *pretest* guna untuk mendapatkan gambaran awal tingkat perilaku membolos peserta didik. Selanjutnya, diberi perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik *self management*. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 60 peserta didik dan didapat sampel yang sesuai dengan kriteria perilaku membolos yaitu 12 orang. Terbagi dalam

dua kelompok yaitu 6 peserta didik kelompok eksperimen dan 6 peserta didik kelompok kontrol.

Daftar peserta didik yang memiliki kriteria perilaku membolos berdasarkan hasil angket yang disebar pada saat melakukan *pretes*. Tujuan dilakukan *pretest* adalah untuk mengetahui gambaran kondisi awal peserta didik yang melakukan perilaku membolos. Data yang diperoleh peserta didik adalah sebagai berikut :

Tabel 9
Hasil *Pretest* Kelas Eksperimen

No	Inisial Peserta Didik	Hasil <i>Pretest</i>	Kriteria
1	AF	93	Sangat Tinggi
2	AW	74	Tinggi
3	AM	86	Sangat Tinggi
4	A	84	Sangat Tinggi
5	MA	75	Tinggi
6	R	83	Sangat Tinggi

Berdasarkan tabel diatas sebelum diberikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik *self management* pada peserta didik, diperoleh kriteria sangat tinggi dan tinggi yang sesuai dengan kriteria perilaku membolos. Dari hasil tabel diatas secara keseluruhan jumlah peserta didik yang memiliki perilaku membolos berjumlah 6 orang peserta didik yang

berada di dalam kelas eksperimen. Sedangkan untuk yang kelas kontrol didapat sebagai berikut :

Tabel 10
Hasil *Pretest* Kelas Kontrol

No	Inisial Peserta Didik	Hasil <i>Pretest</i>	Kriteria
1	AM	78	Tinggi
2	MPM	64	Tinggi
3	AW	87	Sangat Tinggi
4	J	70	Tinggi
5	WH	64	Tinggi
6	RP	73	Tinggi

Berdasarkan hasil angket diatas penulis memberikan *treatment* untuk kelas kontrol dengan layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* bertujuan untuk mengurangi perilaku membolos pada peserta didik kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung.

2. Analisis Pelaksanaan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian pada dasarnya berjalan dengan lancar, ditandai dengan konseli yang mudah dihubungi, konseli antusias dalam mendengarkan materi saat penulis menjelaskan dan melakukan kegiatan intervensi dengan baik, dan guru pamong yang selalu memberikan arahan yang baik untuk penulis. Dalam layanan yang dilakukan secara sistematis dan berkesinambungan yang ditandai dengan secara berurutan mulai dari

sesi pertama sampai dengan sesi yang kedelapan. Berikut pelaksanaan dengan menggunakan teknik *self management* adalah sebagai berikut:

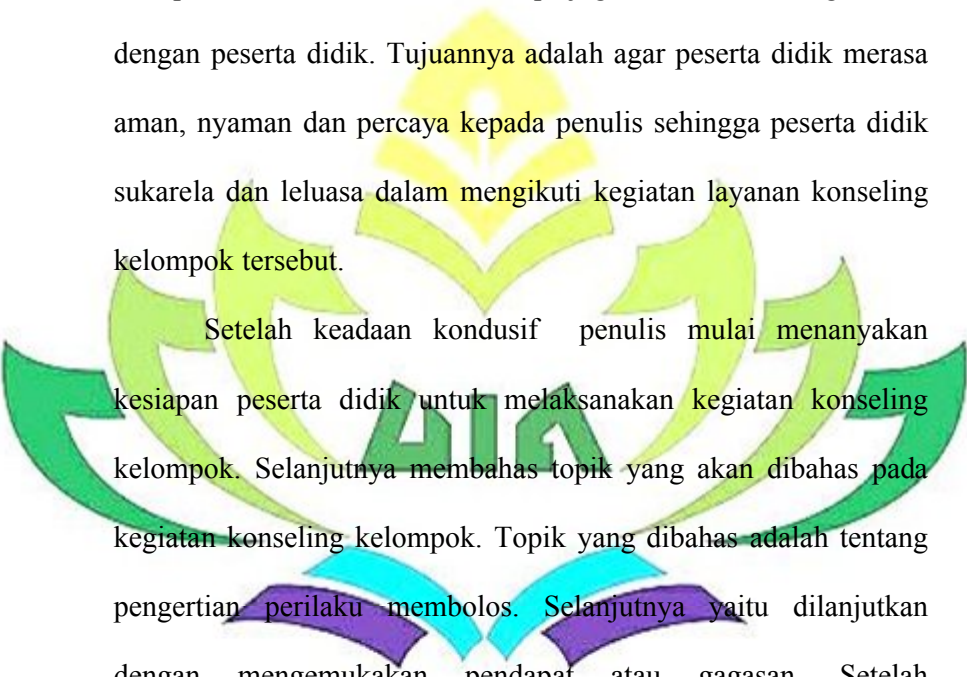
a. Pertemuan Pertama

Pada pertemuan pertama, peneliti memberikan angket awal (*pretest*). *Pretest* dilakukan pada tanggal 18 Juli 2019 dengan tujuan untuk mengetahui gambaran kondisi awal perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung. Hasil angket yang diberikan kepada 12 peserta didik terdapat 5 peserta didik yang memiliki kriteria membolos sangat tinggi, 7 peserta didik yang memiliki kriteria membolos tinggi dan 0 peserta didik yang memiliki kriteria membolos rendah. Peserta didik berantusias dalam mengikuti kegiatan *pretest*. Setelah peneliti mendapatkan data dari hasil *pretest* kemudian peneliti menentukan *treatment* yang akan diberikan kepada peserta didik. Maka perilaku membolos peserta didik harus segera diatasi, untuk mengatasi masalah perilaku membolos tersebut penulis menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*.

b. Pertemuan Kedua

Pada pertemuan kedua penulis pertama kali mengadakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Pada pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self management*

terdapat beberapa tahap. Pada tahap pengenalan dan penjelasan tentang layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Konseling dilakukan pada hari Kamis tanggal 25 Juli 2019 yang berlangsung selama 45 menit. Pada hari itu juga konseling kelompok dengan teknik *self management* diawali dengan pembukaan seperti menyambut peserta didik dengan baik, mengucapkan salam, pembicaraan dengan menanyakan keadaan dan memperkenalkan diri serta tidak lupa juga membina hubungan baik dengan peserta didik. Tujuannya adalah agar peserta didik merasa aman, nyaman dan percaya kepada penulis sehingga peserta didik sukarela dan leluasa dalam mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok tersebut.



Setelah keadaan kondusif penulis mulai menanyakan kesiapan peserta didik untuk melaksanakan kegiatan konseling kelompok. Selanjutnya membahas topik yang akan dibahas pada kegiatan konseling kelompok. Topik yang dibahas adalah tentang pengertian perilaku membolos. Selanjutnya yaitu dilanjutkan dengan mengemukakan pendapat atau gagasan. Setelah permasalahan tersebut mendapatkan solusi, maka kegiatan diakhiri.

c. Pertemuan Ketiga

Pada pertemuan ketiga ini adalah pertemuan kedua melaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Konseling dilakukan pada hari Jumat 28 Juli 2019

yang berlangsung selama 45 menit. Seperti pertemuan sebelumnya proses konseling kelompok diawali dengan pembukaan seperti menyambut peserta didik, mengucapkan salam, menanyakan kabar dan tidak lupa membina hubungan baik dengan peserta didik. Tujuannya agar peserta didik merasa aman dan nyaman dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok. Setelah keadaan rileks peneliti menyampaikan topik yang akan dibahas pada pertemuan kedua ini. Topik yang akan dibahas pada pertemuan kedua ini adalah tentang dampak perilaku membolos. setelah itu peserta didik diminta untuk mengeluarkan pendapat, gagasan dan sarannya. Peneliti tidak lupa menanyakan kepada peserta didik tentang pemahaman apa yang sudah diperoleh selama kegiatan berlangsung. Setelah itu peneliti mengakhiri kegiatan dengan mengucapkan salam.

d. Pertemuan Keempat

Pada pertemuan keempat ini adalah pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self management* ketiga. Sebelum dilaksanakan konseling ketiga ini penulis mengamati perubahan perilaku peserta didik setelah mengikuti 2 kali pertemuan layanan konseling. Konseling dilakukan pada hari Senin tanggal 1 Agustus 2019 yang berdurasi 45 menit. Pada pertemuan ini seperti biasa proses konseling diawali dengan penulis menyambut peserta didik dengan baik, member salam, menanyakan kabar dan perkembangan

peserta didik dengan menggunakan kalimat yang ramah sehingga membuat peserta didik merasa nyaman dalam mengikuti kegiatan konseling.

Setelah peserta didik merasa nyaman maka kegiatan ini dimulai. Pada kegiatan ketiga ini membahas tentang faktor penyebab perilaku membolos. Penulis sebagai pemimpin kelompok meminta peserta didik untuk mengungkapkan pendapat dan sarannya. Setelah kegiatan tersebut selesai penulis mengakhiri kegiatan konseling kelompok dengan mengucapkan salam.

e. Pertemuan Kelima

Pada pertemuan kelima ini adalah pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self management* ke empat. Pada pertemuan ini dilaksanakan pada hari Jumat, 5 Agustus 2019 seperti biasa diawali dengan menyambut peserta didik dengan baik, mengucapkan salam, menanyakan kabar serta membina hubungan baik dengan peserta didik agar peserta didik tetap merasa aman dan nyaman dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok ini. Pada kegiatan pertemuan keempat ini membahas tentang kewajiban seorang pelajar. Penulis sebagai pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk mengeluarkan pendapat serta ide, dan gagasannya. Pada pertemuan keempat ini penulis berusaha untuk membantu dan memberikan kegiatan konseling kelompok dengan teknik *self management* yaitu dengan meliputi pemantauan diri (*self monitoring*,

yaitu peserta didik mampu mengendalikan diri, menjaga sikap dan berperilaku ekspresif dengan tidak melakukan membolos, serta peserta didik mampu mengendalikan dirinya serta melakukan *reinforcement positif (self reward)* yaitu dengan memotivasi dirinya sendiri agar tidak lagi melakukan membolos dan manage dirinya agar disiplin waktu, kemudian peserta didik membuat perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*), yaitu peserta didik berjanji pada dirinya sendiri agar tidak melakukan perilaku membolos dan jika melakukan perilaku membolos lagi peserta didik harus menerima hukuman dari guru BK atau wali kelas. Kemudian setelah tahap tersebut selesai penulis sebagai pemimpin kelompok menjelaskan hasil yang diperoleh pada konseling kelompok dengan teknik *self management*, serta mengungkapkan kesan-kesannya dalam mengikuti kegiatan konseling. Setelah itu penulis mengakhiri kegiatan dengan menutup salam.

f. Pertemuan Keenam dan Ketujuh

Pada pertemuan kelima ini adalah pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self management* kelima dan keenam. Pertemuan ini dilakukan pada tanggal 9 dan 12 Agustus 2019, penulis memberikan perlakuan berupa penguatan positif dengan memberikan motivasi dan cara mencegah perilaku membolos. Bersamaan dengan itu penulis melakukan pengamatan terhadap peserta didik apakah setelah dilakukan konseling kelompok dengan teknik *self management*

masih ada peserta didik yang melakukan perilaku membolos atau tidak. Jika peserta didik melanggar atau masih melakukan perilaku membolos maka peserta didik akan diberikan hukuman sesuai dengan perjanjian di awal, namun apabila peserta didik sudah tidak melakukan atau sudah mengurangi perilaku membolos maka peserta didik berhak mendapatkan hadiah.

g. Pertemuan Kedelapan

Pada pertemuan kedelapan ini merupakan pertemuan terakhir, pertemuan ini dilaksanakan pada Jumat 13 Agustus 2019. Penulis memberikan *posttest* berupa angket perilaku membolos. *Posttest* diberikan guna untuk mengetahui seberapa penurunan perubahan perilaku peserta didik setelah diberikan *treatment* atau perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik *self management*. Selain memberikan *posttest* penulis juga memberikan penguatan positif agar peserta didik tersebut menetap pada perilaku yang diharapkan. Setelah itu penulis menutup kegiatan tersebut dengan mengucapkan salam.

B. Data Deskripsi *Posttest*

1. Hasil *Posttest* Kelas Eksperimen

Berdasarkan pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self management* yang dilakukan dalam 8 kali pertemuan. Kemudian setelah itu penulis melakukan *treatment* atau perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk melihat perubahan perilaku membolos peserta didik terkait dengan konseling kelompok

dalam mengurangi perilaku membolos dengan teknik *self management*.

Berdasarkan hasil *posttest* kelompok eksperimen yaitu :

Tabel 11
Hasil *Posttest* Kelas Eksperimen

No	Inisial Peserta Didik	Hasil <i>Posttest</i>	Kriteria
1	AF	55	Rendah
2	AW	60	Rendah
3	AM	55	Rendah
4	A	62	Tinggi
5	MA	55	Rendah
6	R	59	Rendah

Berdasarkan Tabel 11 dapat diketahui ada 6 peserta didik yang telah diberikan *treatment* atau perlakuan konseling kelompok dengan teknik *self management* peserta didik mengalami perubahan. Hasil tersebut dapat dilihat dari hasil angket *posttest* perilaku membolos diatas dan bisa dilihat dari kategori yang sudah ditetapkan yaitu sangat tinggi, tinggi, rendah dan sangat rendah. Secara keseluruhan peserta didik dari kelas eksperimen memiliki hasil *posttest* perilaku membolos rendah.

2. Hasil *Posttest* Kelas Kontrol

Berdasarkan hasil pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self control* yang diberikan dalam 8 kali pertemuan. Setelah penulis melakukan *treatment* konseling kelompok dengan teknik *self control* untuk melihat perubahan peserta didik yang terkait dengan konseling kelompok untuk mengurangi perilaku membolos dengan teknik *self management*. Berdasarkan hasil *posttest* kelompok kontrol yaitu sebagai berikut :

Tabel 12
Hasil *Posttest* Kelas Kontrol

No	Inisial Peserta Didik	Hasil <i>Posttest</i>	Kriteria
1	AM	60	Rendah
2	MPM	60	Rendah
3	AW	58	Rendah
4	J	60	Rendah
5	WH	60	Rendah
6	RP	55	Rendah

Berdasarkan tabel 12 dapat diketahui peserta didik yang telah diberikan *treatment* konseling kelompok dengan teknik *self control* mengalami perubahan. Hasil dapat dilihat dari hasil angket *posttest* perilaku membolos dan dapat dilihat dari kategori yang sudah ditetapkan yaitu sangat tinggi, tinggi, rendah dan sangat rendah. Secara keseluruhan peserta didik dari kelas kontrol memiliki hasil *posttest* perilaku membolos

dengan kategori rendah. Agar dapat mengetahui hasil skor peserta didik dari hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 13
Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kelas Kontrol

No	Nama	Hasil <i>Pretest</i>	Hasil <i>Posttest</i>	Gain Skor
1	AM	78	60	18
2	MPM	64	60	4
3	AW	87	58	29
4	J	70	60	10
5	WH	64	60	4
6	RP	73	55	18
Jumlah		436	356	83
Rata-Rata		72,66667	58,8333333	13,83333333

C. Uji Hipotesis Wilcoxon

Uji Wilcoxon merupakan salah satu dari uji statistik nonparametrik. Uji Wilcoxon digunakan ketika suatu data tidak berdistribusi normal. Pengujian dua sampel berpasangan prinsipnya menguji apakah dua sampel berpasangan satu dengan lainnya berasal dari populasi yang sama.⁶³

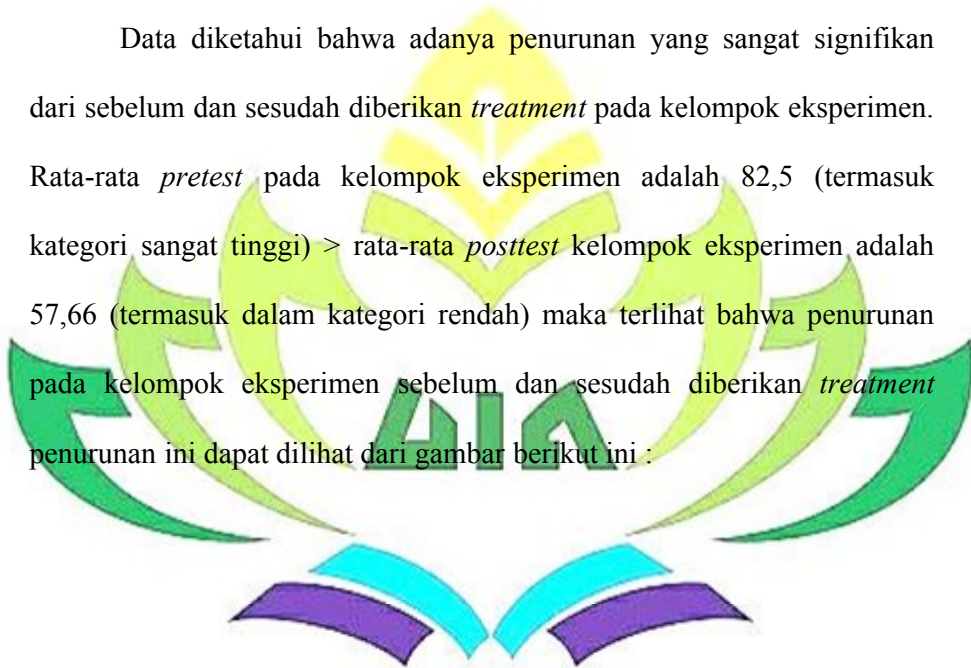
⁶³ Singgih Santoso, *Aplikasi SPSS pada Statistik Non Parametrik* (Jakarta : PT. Elek Media Komputindo),h.115.

1. Analisis Proses Perhitungan Kelas Eksperimen

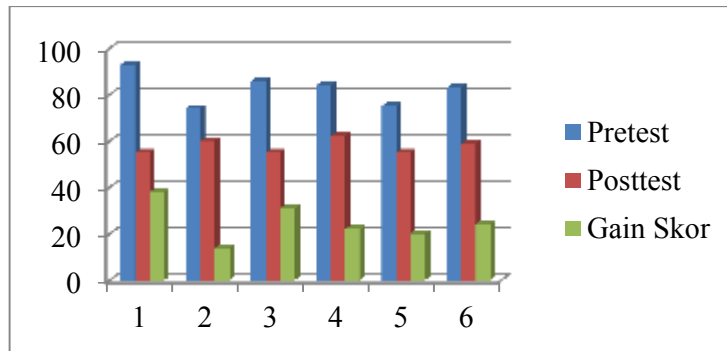
Tabel 14
Data *Pretest*, *Posttest*, dan Gain Skor Kelas Eksperimen

No	Nama	Hasil <i>Pretest</i>	Hasil <i>Posttest</i>	Gain Skor
1	AF	93	55	38
2	AW	74	60	14
3	AM	86	55	31
4	A	84	62	22
5	MA	75	55	20
6	R	83	59	24
Jumlah		495	356	151
Rata-Rata		82,5	57,66	24,83

Data diketahui bahwa adanya penurunan yang sangat signifikan dari sebelum dan sesudah diberikan *treatment* pada kelompok eksperimen. Rata-rata *pretest* pada kelompok eksperimen adalah 82,5 (termasuk kategori sangat tinggi) > rata-rata *posttest* kelompok eksperimen adalah 57,66 (termasuk dalam kategori rendah) maka terlihat bahwa penurunan pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan *treatment* penurunan ini dapat dilihat dari gambar berikut ini :



Gambar 4
Data *Pretest*, *Posttest*, dan Gain Skor Kelas Eksperimen



Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Berikut adalah hasil uji *wilcoxon* kelompok eksperimen menggunakan SPSS Versi 17:

Tabel 15
***Wilcoxon Signed Ranks Test* Kelompok Eksperimen**

Ranks			
	N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest - pretest Negative Ranks	6 ^a	3.50	21.00
Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
Ties	0 ^c		
Total	6		

a. posttest < pretest

b. posttest > pretest

c. posttest = pretest

Berdasarkan uji *wilcoxon* pada tabel diatas diperoleh skor *negative ranks*

6^a, skor ini menunjukkan bahwa ditemukan skor *posttest* peserta didik

lebih kecil dari skor *pretest*. Sedangkan *positive ranks* sebesar 0^b menunjukkan bahwa seluruh skor *posttest* peserta didik mengalami penurunan dibandingkan dengan *pretest*. Berikut hasil uji statistik *wilcoxon* pada kelompok eksperimen :

Tabel 16
Test Statistic Kelompok Eksperimen

Test Statistics ^b	
	Posttest - Pretest
Z	-2.201 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.028

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Berdasarkan hasil dari perhitungan wilcoxon maka nilai Z yang didapat sebesar -2.201 dengan p value (Asymp. Sig 2-tailed) sebesar 0,028 dimana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga keputusan hipotesis adalah penolakan yang berarti pemberian teknik *self management* dapat mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 6 Bandar Lampung.

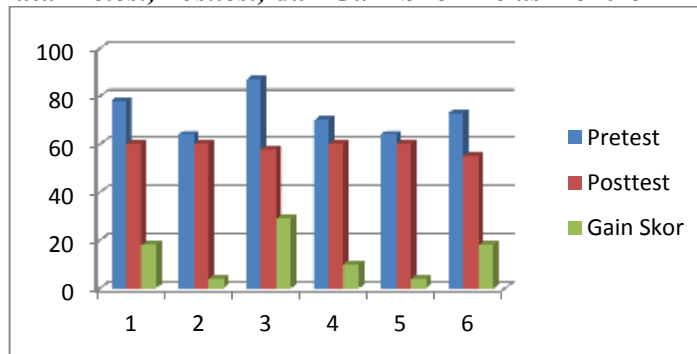
2. Analisis Proses Perhitungan Kelas Kontrol

Tabel 17
Data *Pretest*, *Posttest*, dan Gain Skor Kelas Kontrol

Hasil Pretest dan Posttest Kelas Kontrol				
No	Nama	Pretest	Posttest	Gain Skor
1	AM	78	60	18
2	MPM	64	60	4
3	AW	87	58	29
4	J	70	60	10
5	WH	64	60	4
6	RP	73	55	18
Jumlah		436	353	83
Rata-rata		72,66667	58,8333333	13,8333333

Data diketahui bahwa adanya penurunan yang sangat signifikan dari sebelum dan sesudah diberikan *treatment* pada kelompok kontrol. Rata-rata *pretest* pada kelompok eksperimen adalah 72,6 (termasuk kategori tinggi) > rata-rata *posttest* kelompok eksperimen adalah 58,83 (termasuk dalam kategori rendah) maka terlihat bahwa penurunan pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan *treatment* penurunan ini dapat dilihat dari gambar berikut ini :

Gambar 5
Data Pretest, Posttest, dan Gain Skor Kelas Kontrol



Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Berikut adalah hasil uji *wilcoxon* kelompok kontrol menggunakan SPSS Versi 17:

Tabel 18
***Wilcoxon Signed Ranks Test* Kelompok Kontrol**

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest – pretest	Negative Ranks	6 ^a	3.50	21.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	6		

a. posttest < pretest

b. posttest > pretest

c. posttest = pretest

Berdasarkan uji *wilcoxon* pada tabel diatas diperoleh skor *negative ranks* 6^a, skor ini menunjukkan bahwa ditemukan skor *posttest* peserta didik lebih kecil dari skor *pretest*. Sedangkan *positive ranks* sebesar 0^b menunjukkan bahwa seluruh skor *posttest* peserta didik mengalami

penurunan dibandingkan dengan *pretest*. Berikut hasil uji statistik *wilcoxon* pada kelompok kontrol:

Tabel 19
***Test Statistic* Kelompok Kontrol**

Test Statistics ^b	
	posttest - pretest
Z	-2.214 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.027

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Berasarkan hasil dari perhitungan wilcoxon maka nilai Z yang didapat sebesar -2.214 dengan p value (Asymp. Sig 2-tailed) sebesar 0,027 dimana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga keputusan hipotesis adalah penolakan yang berarti pemberian teknik *self control* dapat mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 6 Bandar Lampung.

3. Analisis Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Berdasarkan hasil perhitungan dari kedua kelas yaitu kelas eksperimen dan kelas kontrol dapat dikatakan hasil keduanya sama-sama menolak dan menerima . Tetapi jika dilihat dari pengaruhnya maka teknik *self management* lebih berpengaruh dalam mengurangi perilaku membolos yang

digunakan dalam kelas eksperimen, jika dibandingkan dengan teknik *self control* yang digunakan dalam kelas kontrol.

Tabel 20
Data Deskriptive Kelas Eksperimen

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	6	74	93	82.50	7.120
Posttest	6	55	62	57.67	3.077
Valid N (listwise)	6				

Tabel 21
Data Deskriptive Kelas Kontrol

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	6	64	87	72.67	8.847
Posttest	6	55	60	58.83	2.041
Valid N (listwise)	6				

Dari kedua hasil test *posttest* kelas eksperimen dan kelas kontrol menunjukkan nilai rata-rata (mean) yaitu kelas eksperimen 57,67 dan kelas kontrol 58,83. Maka $57,67 < 58,83$. Dilihat dari data tersebut penurunan perilaku membolos kelas eksperimen lebih rendah daripada kelas kontrol. Kemudian untuk mengetahui kelompok yang lebih berpengaruh maka dapat dilihat dengan membandingkan rata-rata nilai selisih yang dihasilkan kelas eksperimen dan kelas kontrol sebagai berikut :

Tabel 22
Perbandingan Data Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Perbandingan Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol						
No	Kelas Eksperimen			Kelas Kontrol		
	Pretest	Posttest	Gain Skor	Pretest	Posttest	Gain Skor
1	93	55	38	78	60	18
2	74	60	14	64	60	4
3	86	55	31	87	58	29
4	84	62	24	70	60	10
5	75	55	20	64	60	4
6	83	59	24	73	55	18
Skor	495	346	151	436	353	83
Mean	82,5	57,66666667	25,16666667	72,66667	58,83333	13,833333

Berdasarkan hasil perhitungan nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* pada kelas eksperimen dan kelas kontrol sama-sama mengalami pengurangan perilaku membolos, meskipun kedua kelas mengalami pengurangan akan tetapi rata-rata kelas eksperimen lebih rendah dibandingkan kelas kontrol. Dapat disimpulkan bahwa teknik *self management* dapat berpengaruh dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh penulis menunjukkan hasil bahwa konseling kelompok dengan teknik *self management* berpengaruh dalam mengurangi perilaku membolos. Berdasarkan hasil analisis data yang membandingkan hasil *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, menghasilkan nilai skor sebesar $346 < 353$ atau $57,66 < 58,83$ sehingga dapat dinyatakan ada perbedaan secara signifikan antara hasil *posttest* kelompok eksperimen dan

kelompok kontrol mengalami penurunan. Maka penurunan perilaku membolos pada kelompok eksperimen dianggap lebih signifikan, dibuktikan dengan hasil skor yaitu pada skor *pretest* 495 atau rata-rata/*mean* 82,5 , dan skor pada *posttest* 346 atau nilai rata- rata/*mean* 57,66 sehingga dinyatakan mengalami penurunan. Dalam penelitian ini terdapat dua kelompok yang digunakan yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dalam kelompok eksperimen diberikan *treatment* atau perlakuan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self management* dan kelompok kontrol diberikan *treatment* atau perlakuan dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self control*. Kuesioner perilaku membolos diberikan pada kedua kelompok. Kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Hasil *posttest* akan menjadi pembandingan dua kelompok.

Berdasarkan hasil *posttest* yang telah diberikan ternyata terjadi penurunan perilaku membolos pada kelompok eksperimen, hasil tersebut diketahui dari hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelas kontrol. Pada kelas kontrol juga mengalami penurunan tetapi kelas eksperimen mengalami penurunan yang lebih dibandingkan kelas kontrol.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung.

E. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung baik secara keseluruhan atau setiap aspeknya. Walaupun penelitian ini telah dilaksanakan dengan sebaik mungkin, akan tetapi penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam melakukan praktek sebagai pemimpin kelompok. Pada awal pertemuan, penulis sebagai pemimpin kelompok kesulitan dalam membangun keaktifan dan kenyamanan anggota kelompok. Karena sebagian dari anggota kelompok ada yang belum pernah mengikuti kegiatan konseling kelompok sebelumnya dan kegiatan layanan konseling kelompok awalnya dilakukan di ruang BK sehingga anggota kelompok merasa tidak nyaman, dan takut dalam mengemukakan pendapatnya. Kemudian penulis memberi penjelasan tentang tujuan diadakannya kegiatan konseling kelompok agar peserta didik memahami tentang konseling kelompok. Selain itu penulis mengatasi ketidaknyamanan anggota kelompok dengan cara memindahkan ruangan kegiatan konseling kelompok yang awalnya dilaksanakan di ruang BK kemudian dipindahkan ke mushola. Dengan adanya perubahan tersebut peserta didik menjadi lebih nyaman dan terbuka dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok.

BAB V

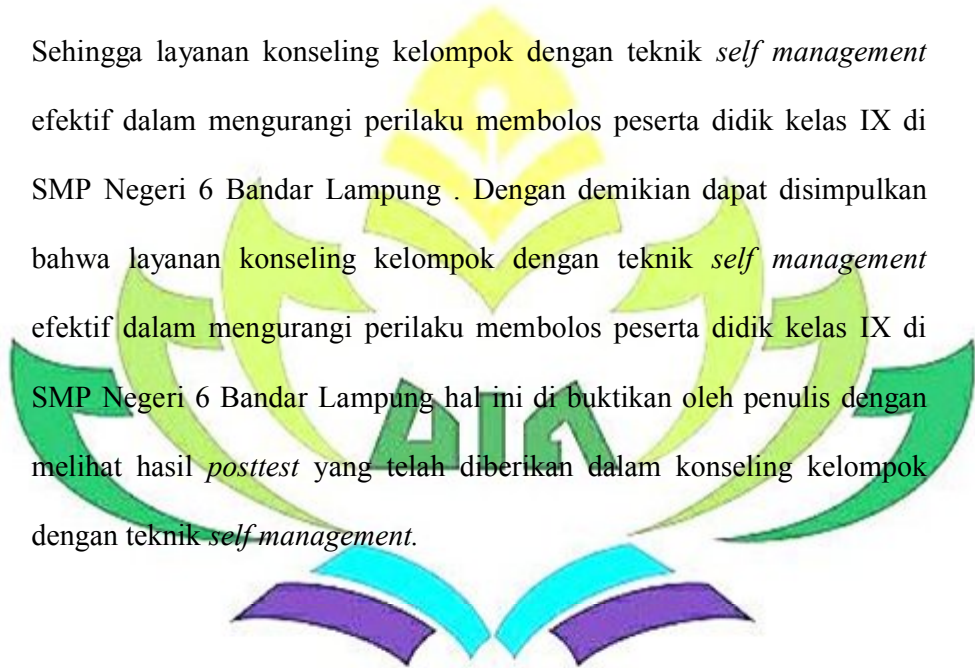
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Efektifitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020”. Dapat ditunjukkan dari analisis data dan pembahasan maka penulis dapat menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* di kelas IX SMP Negeri 6 Bandar Lampung sangat efektif. Perilaku membolos peserta didik dapat dikurangi. Walaupun pada awalnya masih merasa bingung dan kurang nyaman dalam mengikuti layanan konseling kelompok, namun setelah penulis menjelaskan tujuan konseling kelompok dan dengan berjalannya penelitian ini peserta didik mulai aktif dan nyaman dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok ini. Setelah diberikan *treatment* atau perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik *self management* perilaku membolos peserta didik menjadi rendah.

Berdasarkan hasil analisis data perhitungan rata-rata skor perilaku membolos sebelum diberikan *treatment* berupa konseling kelompok dengan teknik *self management* adalah tinggi dan setelah diberikan *treatment* konseling kelompok dengan teknik *self management* menurun menjadi rendah.

Dari hasil *uji wilcoxon* menggunakan program SPSS versi 17 dapat diketahui bahwa rata-rata *pretetst* adalah 82,5 dan rata-rata *posttest* adalah 57,66 dengan batas kritis penelitian 0,05. Hasil uji wilcoxon dengan menggunakan program SPSS versi 17 didapatkan Z hitung pada kelompok eksperimen yaitu 2,201 dan Z hitung pada kelompok kontrol yaitu 2,214. Dengan sig masing-masing yaitu 0,27 dan 0,28 yang lebih besar dari sig 0,005. Hal ini dapat dikatakan bahwa Z hitung pada kelas eksperimen lebih kecil dari Z hitung kelas kontrol ($2,201 < 2,214$). Sehingga layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas IX di SMP Negeri 6 Bandar Lampung hal ini di buktikan oleh penulis dengan melihat hasil *posttest* yang telah diberikan dalam konseling kelompok dengan teknik *self management*.



B. SARAN

Setelah penulis menyimpulkan hasil pembahasan dalam skripsi ini maka penulis menyampaikan saran-saran sebagai berikut :

1. Pihak SMP Negeri 6 Bandar Lampung (khususnya kepala sekolah) hendaknya dapat memberikan jam kepada Guru BK untuk masuk kedalam kelas, agar mengoptimalkan kinerja Guru BK dalam pelaksanaannya untuk memberikan penanganan dan pemahaman tentang perilaku membolos kepada peserta didik.
2. Peserta didik perlu menindak lanjuti dan tetap mengurangi perilaku membolos bila perlu mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dengan sungguh-sungguh agar tercapainya tujuan yaitu tidak melakukan perilaku membolos lagi.
3. Guru BK hendaknya mempersiapkan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* sebagai upaya mengurangi perilaku membolos peserta didik, karena dengan adanya layanan ini dapat membantu peserta didik yang memiliki tingkat membolos yang tinggi.
4. Untuk penulis selanjutnya yang akan melaksanakan penelitian mengenai perilaku membolos hendaknya bekerja sama dengan pihak lain seperti Guru BK/Wali Kelas, orang tua dan guru mata pelajaran agar mudah untuk menentukan langkah-langkah dalam membimbing peserta didik dalam menyelesaikan masalahnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Quran dan terjemahannya. Bandung: CV. Penerbit Dipenegoro, 2008.
- Arikunto, Suharsimi. *Edisi Revisi Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi vol.4* Translate by. Drs. Mulyanto. Semarang: IKIP Semarang Pers, 1995.
- Data Survey Pra Penelitian dengan Guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 6 Bandar Lampung*, tanggal 21 Februari 2019.
- El Fiah, Rifda. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Idea Press, 2005.
- Eryana, Revani Yant. *Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Dengan Menerapkan Konseling Behavior Melalui Teknik Pengondisian Operan (Studi Kasus Pada Beberapa Siswa Kelas VIII C di SMP Negeri 5 Kotabumi Tahun Pelajaran 2009/2010)*, tersedia di <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/902> [diakses pada : 3 Mei 2019 pukul 10.08 WIB].
- Fariat, Amaliah Hamzah. "Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Siswa Membolos di SMPN 29 Banjarmasin Tahun Ajaran 2017/2018" (On-line), tersedia di: <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR> [diakses pada tanggal 17 Februari 2019 jam 19.01 WIB].
- Febriani, Heni. *Eefektifitas Konseling Behaviour dengan Teknik Self Management dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 13 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017* (On-line) tersedia di: <http://respository.radenintan.ac.id/id/eprint/1543> [diakses pada tanggal 6 Februari 2019 jam 02.07 WIB].
- Gantina Komalasari, dkk. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks, 2016.
- Gunarsa, Singgih. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 2004.

Hartono dan Soedarmadji. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana, 2012.

Handoko, Aris. "Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Konseling Behaviour Dengan Teknik Self Management Pada Siswa X TKJ SMK Bina Nusantara Ungaran". (Online), tersedia di: http://scholar.google.co.id/scholar?q=mengatasi+perilaku+membolos&hl=id&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar#d=gs-qabs&u=%23p%3DMI2yyPiDQ3U [diakses pada tanggal 25 Januari 2018 jam 10.46 WIB].

Kadir. *Statistika Terapan*. Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2018.

Mahmudah. *Mengurangi Perilaku Membolos Dengan Menggunakan Layanan Konseling Behavioral*, tersedia : <http://www.google.com/ur?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiBmYTKksnQAhXMso8KHYY1SAKgQFggkMAE&url=http%3A%2F%2Fe-journal.ikip-veteran.ac.id%2Findex.php%2Fkes%2Farticle%2Fdownload%2F133%2F148&usg=AFQjCNEmhHnHXO1SzQCRhAKK2ZPRIoayfEA> [diakses pada tanggal 26 Maret 2019 jam 09.23 WIB].

Malichah, Ana. *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Terhadap Pengurangan Perilaku Membolos Siswa Kelas XII SMK Negeri 4 Semarang Tahun Ajaran 2016/2017* (Online) tersedia di : <https://lib.unnes.ac.id/28856> [diakses pada : 1 April 2019 pukul 05.57 WIB].

Nursalim, Mochamad. *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademia Permata, 2013.

Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004.

Santoso, Singgih. *Aplikasi SPSS pada Statistik Non Parametrik*. Jakarta : PT. Elek Media Komputindo.

Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2017.

Sukardi, Dewa Ketut. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: PT.Rineka Cipta, 2002.

Thahir, Andi. *Psikologi Kriminal*. Bandar Lampung, 2016.

Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2007.

Widoyoko, Eko Putro. *Penilaian Hasil Pembelajaran di Sekolah*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2004.

Yurika Tri Murdianti dan Mochamad Nursalim. *Studi Tentang Perilaku Membolos Siswa di SMP Negeri 2 Semen Puhsarang Kabupaten Kediri* (Online) tersedia di:
<https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/26276> [diakses pada tanggal 14 Februari 2019 jam 11.26 WIB].

